

Praxis für Akupunktur und Komplementär-Therapien

Bahnhaldenstrasse 7- 8052 Zürich,
mentor.arapi@sunrise.ch

Tel. 044 372 35 77
www.mentormastertcm.ch

Phytotherapie gegen Reizmagen und Reizdarm, Akupunktur und Moxibustion

Magen-Darm Beschwerdebilder lassen sich nicht immer eindeutig den Diagnosen «Reizmagen/funktionale Dyspepsie» oder Reizdarmsyndrom zuordnen, da sie sich häufig auf den gesamten Verdauungstrakt erstrecken. (Diagnosestellungen in Webseite)

Übersichtsarbeiten zur Reizmagen zeigen zwar eine Prävalenz von 40 Prozent in der Allgemeinbevölkerung, charakterisieren allerdings die Beschwerden häufig als mild und von kurzer Dauer, weshalb weniger als die Hälfte der Betroffenen medizinische Hilfe sucht.

Die epidemiologischen Daten zum Reizdarmsyndrom dokumentieren in der Allgemeinbevölkerung eine Häufigkeit von bis zu 25 Prozent, von denen ein Drittel ärztliche rat sucht.

Wenn es zu Behandlungen kommt, werden mit Phytotherapie von über 50 Prozent der Patienten eingesetzt vor allem in Form der Selbstbehandlung. Über die **Hälfte** der Anwender berichten von positive Ergebnissen durch pflanzliche Behandlungen.

Die Aktuelle arbeiten zu gastrointestinalen Beschwerden gehen von multifaktoriellen Geschehen aus die zu Reizdarm-Symptome beitragen. Einige von diese Faktoren sind die **Umgebungsfaktoren** wie : Stressoren in jungen Jahren, Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Darminfektion sowie **Wirtsfaktoren** wie veränderte Schmerzwahrnehmungen, veränderte Hirn-Darm Interreaktionen, viszerale Hypersensibilität, Dysbiose und ...und...

Die gleichermaßen konstitutionell wie symptomatisch orientierte Vorgehensweise der Naturheilkunde und Komplementärmedizin **konnte hier eine sinnvolle Ergänzung darstellen.**

Die Grundlage jeder Therapie Empfehlung sollte eine orientierende Fragestellung bezüglich des Ernährungs- und Bewegungsverhalten, unverträglich Nahrungsmittel, der Auslösefaktoren für die Beschwerden und die Stressverarbeitung sein.

Gleichzeitig sinnlose Wiederholungen erfolgloser Behandlungen zu vermeiden.

Die Magendarm Beschwerden ist sinnvoll mit pflanzlich Kombinationen eine Behandlung zu probiere, Präbiotika und Kombinationspräparate können eine weitere Option sein.

Sofern die Akupunktur und Moxibustion als Behandlungsoption in die Praxis zur Verfügung steht, sind Effekte bereits nach eine vierwöchigen Behandlungszeit bei zwei Sitzungen pro Woche beschrieben.

In mehrere Arbeiten aus traditionelle chinesische Medizin angewendete Rezepturen zeigten sie sehr gute Effekte auf die Symptomen der Reiz-Magen und Reizdarm.