

# Schwerpunktpraxis für Akupunktur | Naturheilverfahren



I. Hanopulos-Neumann  
Ärztin für Innere Medizin



Dr. med. H. U. Hecker  
Arzt für Allgemeinmedizin



Dr. med. K. Spiegel  
Praktische Ärztin

## Akupunktur | Naturheilverfahren

### Chinesische Diätetik

Im Gegensatz zur westlichen Ernährungstherapie, in der Kalorien, Proteine, Fette, Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe und andere analytisch meßbare Inhaltsstoffe für die Beurteilung und den Einsatz eines Lebensmittels eine entscheidende Rolle spielen, ist für die chinesische Diätetik das energetische Verhalten eines Lebensmittels ausschlaggebend.

Ein Hauptkriterium der energetischen Klassifizierung von Nahrungsmitteln in der chinesischen Medizin ist das Temperaturverhalten. Hier werden heiße, warme, neutrale, kühle und kalte Eigenschaften unterschieden.

Daneben findet die Geschmacksrichtungen eines Lebensmittels bei der Therapieempfehlung in der Chinesischen Medizin Berücksichtigung [süß, scharf, sauer, bitter und salzig]

Ein Beispiel aus der Praxis soll die Unterschiede dieser beiden Diätetikformen darstellen.

Nach chinesischen Überlegungen wird durch das Kochen z.B. einer Suppe dieser mehr Energie zugeführt, je länger sie gekocht wird. Nach westlichen Überlegungen ist nach einer gewissen Zeitdauer des Kochens keine Verbesserung der Qualität der Suppe mehr zu erzielen, sondern eher eine Verschlechterung [Zerstörung der Vitamine etc.].

Die nach westlichen Überlegungen lang gekochten wertlosen Brühe, ist nach chinesischen Überlegungen ein wertvoller Energiespender. Wer kennt sie nicht - die heilende Wirkung von Großmutter's stundenlang gekochter Hühnersuppe -.

Fazit: Die chinesische Diätetik kann hilfreich sein, kann neue therapeutische Wege aufzeigen, aber sie muß die individuellen Gegebenheiten [z.B. Nahrungsmittelunverträglichkeiten des Patienten] berücksichtigen. So hat die chinesische Diätetik ihren Platz gleichwertig neben anderen Diätetikmodellen.

Hier geht es nicht um Konkurrenz, sondern um die Nutzung der besten individuellen therapeutischen Möglichkeiten.

Auch im Rahmen der Gewichtsreduktion hat die chinesische Diätetik Ihren Stellenwert und kann eingebettet in ein entsprechendes Setting [z.B. Akupunktur] nachhaltige Erfolge erzielen.

## Veranstaltung

### Veranstaltungshinweis Gesundheitsforum Kiel - Abnehmen - auf Chinesisch

Im Rahmen dieser Veranstaltung sollen die Möglichkeiten und Grenzen des Einsatzes der Chinesischen Medizin - Schwerpunkt Chinesische Diätetik - bei der Behandlung des Übergewichtes dargestellt werden.

Termin: 04.12.2009 | 18.00 Uhr

Referent: Dr. med. H. U. Hecker | Mitherausgeber und Autor 'Praxishandbuch Chinesische Diätetik'

Ort: Bürgerhaus Kronshagen | Kopperpähler Allee 67 | 24119 Kronshagen

## Praxis

### Unsere Qualitätsmerkmale

- Lehrauftrag für Akupunktur und Naturheilverfahren am Universitätsklinikum S-H | Campus Kiel
- Akademische Lehrpraxis für Allgemeinmedizin des Universitätsklinikums S-H | Campus Kiel
- Wissenschaftliche Leitung der Ausbildung für Akupunktur und Naturheilverfahren | Fortbildungsakademie der Landesärztekammer S-H
- Zertifikat der Stiftung Praxissiegel [Bertelsmann Stiftung]
- Mitherausgeber und Autor des Standardlehrbuches der Akupunktur
- Kontinuität und Qualitätsanspruch durch hohe Qualifikation aller Mitarbeiter

