



Zwei Welten im Einklang: Medizin aus Tibet für Ärzte in Österreich

Der sanfte Trend aus dem Osten gibt Schulmedizinern im Westen die Chance, ihre Patienten ganzheitlich wahrzunehmen

HÜTTENBERG, KÄRNTEN – Mit Medizin allein kann man nicht heilen – davon sind die Tibeter überzeugt. Deshalb befassen sich Ärzte in Tibet ganzheitlich mit ihren Patienten: Sie nehmen Ernährung und Lebensstil unter die Lupe, schenken den Kranken Zeit und Mitgefühl und bringen Körper und Seele zusätzlich mit Kräutern wieder ins Gleichgewicht. Mediziner und Therapeuten in Österreich möchten diese Elemente in ihre schulmedizinischen Behandlungsmethoden verstärkt einbeziehen. Mit einer Ausbildung für Traditionelle Tibetische Medizin in Kärnten bringen sie ihr westliches Wissen mit dem Jahrhunderte alten Wissen vom Dach der Welt in Einklang.

Falsche Ernährung, ein ungesunder Lebensstil, Sorgen oder Stress können uns krank machen – das ist eigentlich kein Geheimnis. Dennoch finden diese Dinge in den Methoden der Schulmedizin oft wenig Platz. Doch viele Patienten verlangen nach einem ganzheitlichen Zugang zu Gesundheit und Krankheit. Deshalb suchen immer mehr Schulmediziner und im Gesundheits- oder therapeutischen Bereich tätige Personen eine Möglichkeit, ihre Kenntnisse mit fundiertem Wissen aus der ganzheitlichen Medizin zu bereichern – und finden die ideale Ergänzung in der Tibetischen Medizin. Dieses mehr als 1.000 Jahre alte Wissen bringt Körper und Geist genauso in Einklang wie Tradition und Wissenschaft. In Hüttenberg haben Mediziner die Möglichkeit einer Zusatzausbildung genützt.

Der Ursache auf den Grund gehen statt Symptome bekämpfen

„Das Gemeinsame zwischen beiden Schulen – der westlichen und der Traditionellen Tibetischen Medizin – ist, dass beide den Patienten heilen wollen“, sagt Dr. Franz Inzko. Der Arzt für Allgemeinmedizin und Psychotherapeut behandelt in einer Reha-Klinik für seelische Gesundheit Menschen mit psychischen Erkrankungen. Er hat soeben den drei-semesterigen Diplomlehrgang „Grundlagen der Traditionellen Tibetischen Medizin“ im Tibetzentrum in Hüttenberg, Kärnten, abgeschlossen. „Der sehr große Unterschied ist für mich, dass in der Tibetischen Medizin eine komplett ganzheitliche Sichtweise der Krankheit aber auch der Gesundheit vorhanden ist. In der Schulmedizin werden vorwiegend Symptome behandelt, gelindert oder bekämpft, oder man versucht sie mittels Medikation auszuschalten. In der Tibetischen Medizin werden in erster Linie die Ursachen behandelt. Die Patienten erhalten damit auch viel mehr Verantwortung für ihre Genesung und klare Empfehlungen, um gesund zu bleiben“, sagt Inzko.

Wo die Krankheitsursachen liegen, erklärt Dr. Tsering Wangdue, ein im Tibetzentrum lehrender Tibetischer Arzt: „Aus Sicht der Traditionellen Tibetischen Medizin sind falsche Lebensweise und Ernährung die Hauptursachen, die Krankheiten hervorrufen. Deswegen müssen sie auch in der Heilung dementsprechend einbezogen werden.“ Dass dieser Aspekt auch schon für Kinder sinnvoll ist, hat Dr. Regina Schmidt-Seiser während ihres Studiums der Tibetischen Medizin in Kärnten festgestellt. Die praktische Ärztin und Kinderfachärztin arbeitet als Neuropädiaterin in einem Ambulatorium für Entwicklungsdiagnostik und Sozialpädiatrie in Niederösterreich. „Ernähre ich mich von Fast Food oder ernähre ich mich gesund – das sind wichtige Meilensteine, die man bereits in der Kindheit setzen könnte. Ich



persönlich werde jetzt nach dieser Ausbildung versuchen, auch mehr prophylaktisch zu behandeln“, sagt Schmidt-Seiser.

Vielstoffgemische stellen die Balance her

Nach Verbesserung der Ernährung und des Lebensstils setzt die Tibetische Medizin eine weitere Methode ein: Kräuter. Doch auch hier findet sich ein großer Unterschied zwischen den beiden medizinischen Schulen, wie Dr. Ulrike Holzer, Fachärztin für Pharmakologie und Dozentin am Institut für experimentelle und klinische Pharmakologie der Med-Uni Graz, erklärt: „Im Westen wird immer versucht, möglichst punktgenau einen Stimulus im Körper zu setzen oder etwas zu beeinflussen – je exakter ein Arzneimittel wirkt, umso besser. Die Tibeter haben Vielstoffgemische, die auf den Körper auf einer wesentlich breiteren Basis wirken. Man nutzt die verschiedenen Eigenschaften der Pflanzen. Zu einer Hauptpflanze gegen das Hauptproblem im Körper mischen sie auch andere Stoffe dazu, um die Wirkung zu unterstützen, die Nebenwirkungen abzuschwächen und ganz gezielt auch, um die Wirkung von ihren Medikamenten zu bestimmten Organen zu leiten, die gerade befallen sind.“

Jahrhunderte alte Tradition stellt sich dem Vergleich mit westlichen Systemen

Für die Schulmediziner ist die Tibetische Medizin vor allem deshalb ansprechend, weil sie den Spagat zwischen Wissenschaft und Tradition schafft. Das Jahrhunderte alte Wissen wird auch universitär gelehrt. „Für mich ist die Tibetische Medizin gegenüber manch anderen komplementärmedizinischen Richtungen so reizvoll, weil die Tibeter einen sehr exakten, nahezu wissenschaftlichen Zugang zu ihrer Medizin haben“, erklärt Dr. Ulrike Holzer: „Die Tibeter sind jederzeit bereit, ihr System mit anderen zu messen. Sie sagen nicht, es ist einfach anders und damit basta, sondern sie kooperieren mit westlichen Medizinern. Sie sagen auch nicht, dass alles nur mit Tibetischer Medizin behandelt werden darf.“ Diese Offenheit gegenüber westlichen wissenschaftlichen Methoden zeigt sich auch darin, dass die Wirkung Tibetischer Kräuterrezepturen nach modernen wissenschaftlichen Standards untersucht und bestätigt wird. So gibt es auch klinische Studien für die Tibetischen Kräuterformeln.

Von dieser Offenheit profitieren die Tibetischen und die westlichen Ärzte gleichermaßen, wie Dr. Tsering Wangdue beschreibt: „Die Traditionellen Tibetischen Ärzte können von der modernen Medizin z. B. im Bereich der Anatomie, der körperlichen Ebene, viele Dinge lernen. Durch die technologischen Methoden der modernen Medizin wird vieles erkannt, was in der Traditionellen Medizin so nicht möglich ist. Andererseits kann die Tibetische Medizin dazu beitragen, dass man sich in der Behandlung der Menschen auch mehr um den geistigen Aspekt kümmert.“ Und auch im Bezug auf den Patientenumgang haben die Tibeter einen hilfreichen Zugang: „Wir haben in der Tibetischen Medizin ein sehr hohes Maß an Ethik und an bestimmten Verhaltensregeln, z. B. werden wir auch dahingehend ausgebildet, echtes Mitgefühl und Sympathie für die Patienten zu entwickeln. Einfach weil man weiß, dass diese Einstellung des Arztes zum Patienten den Heilungsprozess maßgeblich unterstützt.“

Diesen Umgang mit den Patienten kennenzulernen, ist nicht nur für Ärzte hilfreich. Hubert Horny, ein Sporttherapeut und Heilmasseur, hat als Absolvent des Diplomlehrgangs dieses Wissen bereits in seine Behandlungen einfließen lassen: „Gerade in der heutigen stressigen



Zeit ist die Tibetische Medizin wirklich wichtig. Weil heutzutage die Ernährung und das Verhalten komplett in die falsche Richtung gehen. So kann auch ich jetzt mehr Ganzheitlichkeit in meine Behandlung bringen.“

Über den Lehrgang:

Das Tibetzentrum - Internationales Institut für Höhere Tibetische Studien (I.I.H.T.S.) ist das einzige Institut im Westen, das den Diplomlehrgang „Grundlagen der Traditionellen Tibetischen Medizin“ anbietet. Dieser wird von Men-Tsee-Khang, dem Tibetischen Medizin und Astro Institut Seiner Heiligkeit des Dalai Lama in Dharamsala, Indien, anerkannt. Zum einen gibt der Kurs einen Überblick über die so genannten Medizin-Tantras, die seit Jahrhunderten überlieferten tibetischen Texte, die der Tibetischen Medizin zugrunde liegen. Zum anderen erhalten die Studierenden ein profundes Fachwissen über die Ursachen von Gesundheit und Krankheit, die verschiedenen traditionellen Diagnosemethoden sowie die unterschiedlichen inneren und äußeren Therapien der Tibetischen Medizin.

Rückfragehinweis:

Tibetzentrum – I.I.H.T.S. (www.tibetcenter.at) – Externe Medienbetreuung:

Putz & Stingl Event, Public Relations & Werbung GmbH, Mag. Michaela Kaiserlehner, 2340 Mödling, Badstraße 14a, Telefon +43/2236/23424 oder E-Mail kaiserlehner@putzstingl.at.