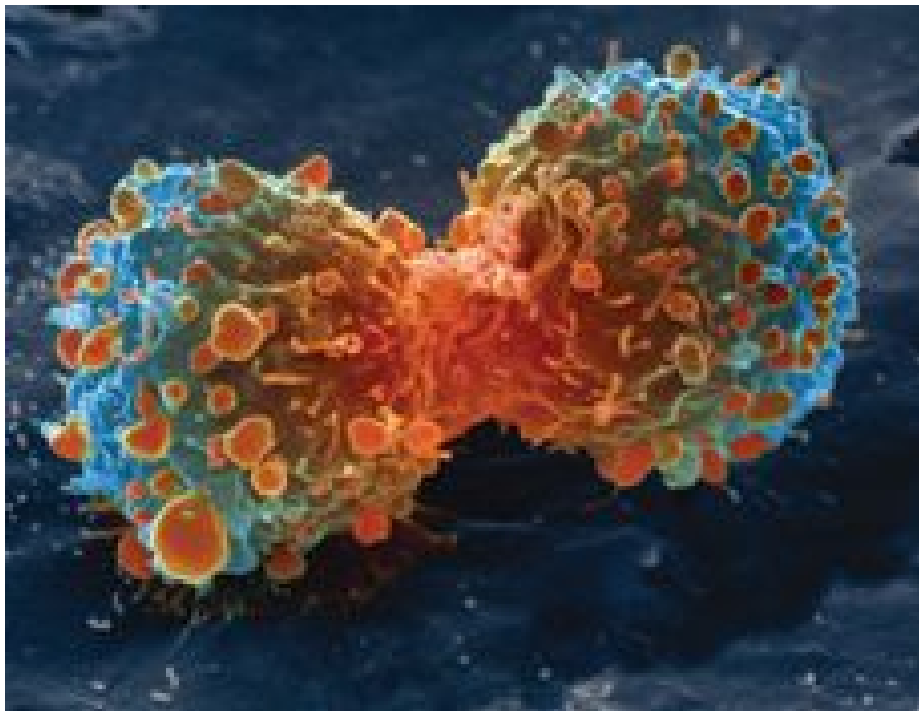




**Berührung ist Begegnung**  
**Shiatsu-Ausbildungen Austria**  
**Dr. Eduard Tripp**  
A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8  
Tel: +43 (676) 61 74 970  
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

## **Shiatsu und Krebs**

### **Keine Heilung aber begleitende Behandlung**



**Abschlussarbeit von Giuseppina Martin, Februar 2016**

## Inhaltsverzeichnis

1. Shiatsu: Keine Heilung bei Krebs, aber begleitende Behandlung.....	3
2. Krebs im Überblick .....	3
Häufigste Krebsarten in Österreich und weltweit .....	4
Die Definition von Krebs (Tumor) in der westlichen Medizin .....	6
Therapien in der westlichen Medizin .....	6
3. Die Definition von Krebs in der TCM.....	7
Begleitende Therapien in der TCM.....	7
Lungen-, Brust- und Dickdarmkrebs in der TCM.....	8
Hitze-Toxine und Lungen-Yin-Mangel .....	9
Milz- und Lungen-Qi-Mangel .....	9
Blockierung der Lunge durch Schleim-Feuchtigkeit (Kälte oder Hitze).....	9
Leber Qi-Stagnation und Depression.....	10
Schleim-Feuchtigkeit durch Milz-Qi-Mangel .....	11
Die Harmonie zwischen Durchdringungs- und Konzeptionsgefäß (Ren Mai) .....	11
Qi- und Blutleere.....	12
Innere Ansammlung von Nässe-Hitze .....	13
Milz- und Nieren Yang Leere .....	13
Leber- und Nieren Yin Leere .....	14
Qi- und Blut-Leere .....	14
Fallbeispiele: Shiatsu als Begleitung bei Krebs aus der Praxis .....	15
Dominique Chevalier .....	15
Peter Itin .....	16
Wayne Mylin .....	17
Pamela Ellen Ferguson .....	18
4. Schlusswort .....	20
5. Literaturverzeichnis, Quellenhinweise .....	21

## **1. Shiatsu: Keine Heilung bei Krebs, aber begleitende Behandlung**

Aufgrund der steigenden Lebenserwartung und ungesunden Lebensweise, wie falsche Ernährung, Stress, Umwelteinflüsse, zu wenig Bewegung und eventuelle genetische Vererbung, wird eine Zunahme von Krebs bis etwa 70 Prozent in den kommenden 20 Jahren befürchtet.

Krebs wird fast ausschliesslich mit der westlichen Medizin bekämpft, sei es mit operativen Eingriffen, sehr kostspieligen Chemo- und/oder Strahlentherapien, Hormonbehandlungen und Medikamenten. Diese Therapieformen gehen erfahrungsgemäß aber auf Kosten der Lebensqualität der Betroffenen.

Hier bietet sich Shiatsu als Begleitung - vor, während oder nach der Krebstherapie - an, um die Nebenerscheinungen zu lindern und dem Krebserkrankten ein Stück seiner frühen Lebensqualität wieder zurück zu geben. Shiatsu ist eine ganzheitliche Behandlungsform in der Tradition der Traditionellen Chinesischen Medizin. Hier steht der Mensch zuerst im Mittelpunkt und dann die Krankheit.

Shiatsu kann Krebserkrankungen nicht heilen, sondern zielt darauf ab, Begleiterscheinungen zu lindern und Lebensqualität zu erhöhen. Es ist unbedingt nötig, dass der Krebspatient vor und während der Krebstherapie Rücksprache mit seinem behandelnden Arzt hält.

## **2. Krebs im Überblick**

Krebs ist nach den Herz-Kreislauf-Erkrankungen die zweithäufigste Todesursache in Österreich. Jährlich erkranken hier etwa 39.000 Personen daran. 2012 waren ca. 20.000 davon Männer und 19.000 Frauen. Bei ca. 11.000 Männern und Frauen führte eine Krebserkrankung 2012 zum Tod. Damit sind Krebserkrankungen für etwa ein Viertel der jährlichen Todesfälle verantwortlich. Obwohl die Zahl der Neuerkrankungen in Österreich rückläufig ist, nimmt die Zahl der an Krebs diagnostizierten Menschen durch die zunehmende Alterung unserer Gesellschaft zu. In der Folge steigt auch die Überlebenschancen erheblich.

Das Risiko, bis zum 75. Lebensjahr an Krebs zu erkranken, lag 2012 bei 28% und ist für Männer 1,3 Mal so hoch wie bei Frauen. Von 100 Männern erkrankten 32 vor dem 75. Lebensjahr an Krebs, von 100 Frauen 25. Das bedeutet, dass 32 von 100 im Jahr 2012

neugeborenen Buben und 25 von 100 neugeborenen Mädchen bis zu ihrem 75. Lebensjahr an Krebs erkranken werden, unter der Annahme, dass die altersspezifischen Erkrankungsverhältnisse von 2012 gelten. Rund 315.000 Menschen lebten 2012 mit der Diagnose Krebs. Bis 2020 wird diese Zahl um voraussichtlich ca. 38% gestiegen sein.

### **Häufigste Krebsarten in Österreich und weltweit**

Bei etwas mehr als der Hälfte aller Erkrankten wurde ein Darm-, Lungen-, Brust- oder Prostatakrebs diagnostiziert. 2012 wurden ca. 4.700 bösartige Tumore im Dickdarm bzw. im Enddarm diagnostiziert, 4.600 in der Lunge, bei Frauen 5.500 bösartige Tumore der Brust und bei Männern 4.500 bösartige Tumore der Prostata.

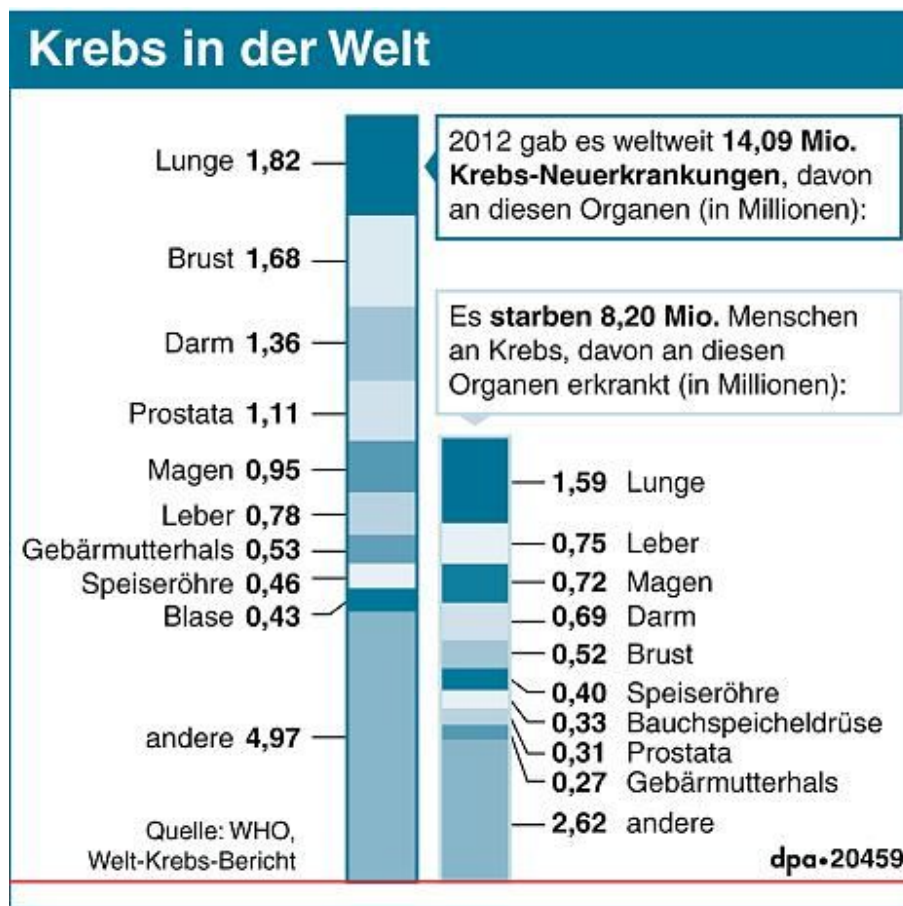
Zwischen 2002 und 2012 sank die Sterberate an Krebs um 6%. Das Risiko für Männer, bis zu ihrem 75. Lebensjahr an einem bösartigen Tumor zu erkranken, erreichte 2000 mit 40% seinen höchsten Wert und ging in den darauf folgenden Jahren bis zum Jahr 2012 auf 32% zurück. Das Risiko für Frauen, bis zu ihrem 75. Lebensjahr an einem bösartigen Tumor zu erkranken, blieb im selben Zeitraum mit 25% gleich.

Die häufigste Krebserkrankung bei den Männern ist seit 1994 Prostatakrebs, im Jahr 2012 mit ca. 4.500 Fällen. Davor lag der Lungenkrebs an der Spitze der diagnostizierten Krebsleiden. Ein kontinuierlicher Rückgang ist bei bösartigen Neubildungen im Magen evident. Dieser Rückgang ist sowohl bei Männern als auch bei Frauen sichtbar. Andere Krebsarten zeigen eher geringe Schwankungen.

Der Rückgang ist zu einem großen Teil auf die Handhabung der Vorsorgeuntersuchungen zurückzuführen („Screening-Effekt“). Bei den Frauen ist Brustkrebs seit jeher die häufigste Krebserkrankung, wobei der Anteil der an Brustkrebs erkrankten Frauen gegenüber 2012 leicht gestiegen ist (im Jahr 2012: ca. 5.500 bzw. altersstandardisiert 76,1 Fälle pro 100.000 Frauen). Die altersstandardisierte Rate der Neuerkrankungen an Brustkrebs ging in den letzten zehn Jahren um 4% zurück.

Laut einer Studie von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) gab es im Jahr 2012 rund 14 Millionen Neuerkrankte (Welt-Krebs-Bericht 2014). Bis 2025 könnten jährlich 20 Millionen Menschen weltweit an Krebs erkranken – rund 40% mehr als derzeit. In den kommenden zwei Jahrzehnten sei gar ein Plus von rund 70% möglich.

Als Begründung für diesen enormen Anstieg wird das vorausgesagte Bevölkerungswachstum und die zunehmende Lebenserwartung angegeben – zusätzlich zu den schädlichen Verhaltens- und Lifestyle-Gewohnheiten reicherer Staaten, etwa bei der Ernährung.



Am weitesten verbreitet war dem Bericht zufolge im Jahr 2012 der Lungenkrebs mit 1,8 Millionen Neuerkrankungen – ein Anteil von 13 Prozent. 1,7 Millionen Menschen (11,9 Prozent) erkrankten an Brustkrebs, 1,4 Millionen (9,7 Prozent) an Darmkrebs. Bei Männern lag der Lungenkrebs mit gut 25 Prozent.

Auch die meisten Todesfälle entfielen 2012 auf den

Lungenkrebs: Geschätzt 1,6 Millionen Menschen starben daran, knapp 750.000 an Leberkrebs, mehr als 700.000 an Magenkrebs. Ärmere Länder sind dabei überproportional stark betroffen, heißt es. Etwa 70 Prozent aller Todesfälle durch Krebs treten in Afrika, Asien, Zentral- und Südamerika auf. Grund dafür ist vor allem, dass es dort nicht genug Möglichkeiten für eine frühe Diagnose gibt.

### Die Definition von Krebs (Tumor) in der westlichen Medizin

Krebs ist ein Sammelbegriff für verschiedene Krankheiten mit einem gemeinsamen Merkmal: Ursprünglich normale Zellen des menschlichen Körpers vermehren sich unkontrolliert, wachsen in gesundes Gewebe ein und schädigen es. Sie werden zu Krebszellen. Bei einer Krebstherapie werden Tumorzellen zerstört oder deren Wachstum gehemmt. Westliche Therapiemethoden wirken schnell und direkt auf die Krebszellen. Diese Therapien gehen aber auf Kosten der Lebensqualität des an Krebs erkrankten Patienten.

### Therapien in der westlichen Medizin

In der Onkologie sind Diagnose und Therapie mit seelischen und körperlichen Schmerzen eng verbunden. Da Zeit ein äusserst wichtiger Faktor bei der Krebsbekämpfung ist, und der Patient nach Krebsdiagnose gleich in die Therapieroutine einer Chemo- und/oder Strahlentherapie mit gleichzeitiger Einnahme von Medikamenten eingewiesen wird, entstehen neben den körperlichen, geistigen und seelischen Schmerzen und Beschwerden meist auch ein Verlust von Autonomie und Entscheidungsfreiheit. Während und nach den Krebsbehandlungen entstehen u.a.

Beschwerden funktioneller Natur wie

- Übelkeit oder Erbrechen
- Mangel an Konzentrationsfähigkeit
- Extreme Müdigkeit (Fatigue) und Verlust der Abwehrkräfte
- Schlafstörungen
- Kopf- und Gelenksschmerzen
- Empfindungsstörungen, Narben auf und unter der Haut durch Verlust an Organen und Gliedmassen, Verbrennungen, Kälte in den Gliedmassen
- Verdauungsstörungen

sowie Beschwerden psycho-sozialer und emotionaler Natur wie

- Wut und Zorn
- Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit, Frustration, Resignation
- Depression
- Unsicherheit, Existenzängste, Selbstwertverlust

- Veränderte Eigen- und Umgebungswahrnehmung
- Innerliche Anspannung wegen „offenener Prognose“

### **3. Die Definition von Krebs in der TCM**

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) versteht man unter dieser Erkrankung eine Disharmonie zwischen Qi und Blut in Verbindung mit Feuchtigkeit und Stagnation. Eine Fehlfunktion des Verdauungsapparates und pathogene Faktoren wie Toxine und Viren sowie Leere-Muster der inneren Organe kommen hinzu.

Ursachen für Krebserkrankten im Sinne der TCM können sein:

- Emotionale Störungen (diese haben direkten Einfluss auf das Qi – wie z. B. Angst und/oder Schock, Trauer, Hass, Neid, Kummer, Sorge – und bringen Qi und Blut „durcheinander“)
- Schädigungen der inneren Organe
- Disharmonie zwischen Qi und Blut
- Äussere pathogene Faktoren (Rauchen, Strahlen, Viren etc.)
- Falsche Ernährung

### **Begleitende Therapien in der TCM**

In der TCM gibt es kein Verfahren das den Krebs heilen kann.

In der Regel werden

- Qi tonisiert
- Krebstoxine ausgeleitet
- Milz und Magen reguliert
- und pathogene Faktoren mit Hilfe von chinesischen Arzneien und/oder Kräutern vertrieben

Die Behandlungen basieren auf dem ganzheitlichen Prinzip und zwar über die Bereiche

- Ernährung
- Körperarbeit (Tuina, Shiatsu, Akupunktur)

- Bewegung (Qi Gong, Tai Chi)
- Kräuter

Der gesundheitsfördernde Aspekt von Shiatsu in der Krebstherapie bezieht sich hier vor allem auf die Nebenwirkungen der Krebsbehandlung und deren mitbedingten Faktoren. Das bedeutet insbesondere

- die Stärkung des Mittleren Erwärmers, um Feuchtigkeit und Schleim zu verhindern
- und die Auflösung von Stagnationen
- sowie das Jing schützen und aufbauen,
- um den Organismus und die Immunität zu stärken.

### Lungen-, Brust- und Dickdarmkrebs in der TCM

Lungenkrebs ist die häufigste Tumorart weltweit und die häufigste Todesursache durch Krebs bei Männern. Es sind hauptsächlich über 40jährige Männer davon betroffen, und als Hauptursache davon gilt nach wie vor das Rauchen. Passivrauchen erhöht das Lungenkrebsrisiko um 150 Prozent.

- Auslöser Äußere Faktoren

Äußere pathogene Hitze-Toxine befallen die Lunge, somit wird deren Aufgabe das Lungen Qi zu verteilen und abzusenken, gestört. Dadurch kann es zu einer Qi- und Blutstagnation kommen, welche den Fluss in den Gefäßen beeinträchtigt. Durch die Störung der Funktion des Absenkens entsteht Schleim welcher sich verfestigt, die Lungen „verstopft“ und in Folge Tumore bildet.

- Auslöser Innere Faktoren

Bei Schwächen und Leerezuständen der Zang-Fu-Organen können sich äußere pathogene Faktoren leichter in der Lunge festsetzen und Tumore bilden

- Schwäche von Lungen-Yin und -Qi
- Schwäche von Milz-Qi
- Leere von Nieren und Lunge



### Hitze-Toxine und Lungen-Yin-Mangel

#### Symptome:

- Trockener Husten, unproduktiv oder mit sehr zähem blutdurchsetztem Schleim
- Schlechter Schlaf und eventuell Nachtschweiss
- Gerötete Wangen am Nachmittag
- Mundtrockenheit und trockene Haut
- Raue Stimme
- Rötlicher Urin, trockener Stuhl
- Zunge: rot, wenig oder kein Belag, eventuell rissig
- Puls: fadenförmig, schnell

#### Therapie:

Das Yin nähren, die Lunge befeuchten, Hitze klären, Toxizität mindern

### Milz- und Lungen-Qi-Mangel

#### Symptome:

- Schwacher, andauernder Husten mit wässrigem Auswurf
- Kurzatmigkeit und schnelles Atmen
- Appetitlosigkeit, Spannung im Abdomen, weicher Stuhl
- Antriebslos, Kraftlosigkeit in den Gliedern
- Zunge: blass mit Zahnabdrücken
- Puls: schwach, dünn, leer

#### Therapie:

Lungen und Milz-Qi stärken, Schleim umwandeln, Tumore auflösen

### Blockierung der Lunge durch Schleim-Feuchtigkeit (Kälte oder Hitze)

#### Symptome:

- Husten mit viel weißem oder gelblichem Schleim
- Rasselgeräusch beim Atmen
- Beklemmung in der Brust – Kurzatmigkeit

- Appetitlosigkeit, Müdigkeit/Mattheit
- Weicher Stuhl
- Zunge: blass und geschwollen, klebriger weisser oder gelblicher Belag
- Puls: schlüpfrig oder schlüpfrig und schnell (bei Schleim-Hitze)

### Therapie:

Milz tonisieren, Schleim umwandeln, Tumore auflösen

**Brustkrebs** ist die häufigste Krebserkrankung bei Frauen nicht nur in Österreich sondern auch weltweit und gilt als zweithäufigste Krebsart. Als gefährdet gelten auch Frauen, in deren Familie bereits Brustkrebs diagnostiziert wurde.

Diese Krebsart kann durch innere und äussere Faktoren verursacht werden:

- Innere Faktoren

Mangel an Wahrem Qi

Innere Schädigung aufgrund der 7 Emotionen (Freude, Ärger, Besorgnis, Grübeln, Trauer, Angst, Schrecken)

Durch Schädigung der Zang-Fu-Organen (blockiertes Milz Qi, Schwäche von Leber und Nieren) stagnieren Qi und Blut, es kommt zu Schleimansammlungen und unter Mitwirkung von pathogenen Faktoren entsteht Krebs

- Äußere Faktoren

Pathogene Wind-Kälte – verbindet sich nach dem Eindringen mit Blut und führt zu Stagnation und/oder Verklumpung

Pathogene Hitze – wirkt auf Zang-Fu-Organen, kann durch Entzündungen Brustkrebs verursachen

Pathogene Feuchtigkeit

### Leber Qi-Stagnation und Depression

### Symptome:

- Druckgefühl / Klumpen in der Brust mit Schmerzen
- Grübeln, Reizbarkeit, Ungeduld, Seufzen
- Schlechter Appetit, bitterer Mundgeschmack, ausgedörrte Kehle
- PMS (Brustspannungen, wechselhafte Emotionen)

- Zunge: glanzlos, dünner und gelber Belag
- Puls: drahtig / fadenförmig

#### Therapie:

Leber ausleiten, Qi regulieren, Schleim umwandeln und auflösen

#### Schleim-Feuchtigkeit durch Milz-Qi-Mangel

#### Symptome:

- Appetitlosigkeit
- Weicher Stuhl bis Durchfall
- Feste Verklumpungen in der Brust
- Fahle bis gelbliche Gesichtsfarbe
- Antriebslosigkeit
- Kalte Extremitäten
- Druckgefühl im Bauch und in der Brust
- Zunge: geschwollen, blass mit Zahnabdrücken und weißem/schmierigem Belag
- Puls: schlüpfrig/fadenförmig oder drahtig/fadenförmig

#### Therapie:

Milz Qi tonisieren und Schleim umwandeln, Verklumpungen auflösen

#### Disharmonie zwischen Durchdringungs- und Konzeptionsgefäß (Ren Mai)

#### Symptome:

- Feste Verklumpungen in der Brust
- Schmerz bei Druck
- PMS (Brustspannungen)
- Hitze in den 5 Herzen (Fusssohlen, Handflächen, Hals und Kehle)
- Trockene Augen und Mund
- Zunge: blass, dünner/weisser Belag
- Puls: drahtig/fadenförmig oder schlüpfrig/fadenförmig

### Therapie:

Harmonisieren von Durchdringungs- und Konzeptionsgefäß, Leber und Nieren tonisieren

### Qi- und Blutleere

### Symptome:

- Verklumpungen in der Brust, welche sich auflösen und einen fauligen Geruch abgeben
- Appetitlosigkeit, schwache Verdauung (breiiger Stuhl)
- Antriebslosigkeit/Mattheit
- Schwindel
- Starkes Schwitzen
- Schlaflosigkeit
- Zunge: blass, gelber/dicker Belag (eventuell auch schmierig)
- Puls: tief, fadenförmig, kraftlos

### Therapie:

Qi und Blut tonisieren

Ab dem 45. Lebensjahr steigt die Häufigkeit von **Dickdarmkrebs** stark an und erreicht den Höhepunkt zwischen dem 60. und 65. Lebensjahr, wobei Männer ein doppelt so hohes Erkrankungsrisiko haben als Frauen. Hauptrisikofaktoren sind Dickdarmkrebs in der Familienanamnese, eine Faser-/Gemüse- und Kalziumarme Ernährung, welche dafür reich ist an tierischen Fetten und rotem Fleisch, gepaart mit Bewegungsarmut und hohem Bierkonsum.

- Auslöser Äußere Faktoren

Pathogene Kälte, die sich außerhalb der Eingeweide sammelt, sowie ernährungstechnische Fehler mit zu reichhaltigen Nahrungsmitteln, was zur Schädigung von Milz und Magen führt. Dadurch entsteht eine innerliche Feuchte-Hitze, daraus Hitze-Toxine die nach unten strömen und sich in Dickdarm, den Zang-Fu-Organen und auch im Rektum ansammeln und letztendlich Tumore bilden.

- Auslöser Innere Faktoren

Emotionen wie Grübeln, Depression und Ängste lassen das Leber Qi stagnieren und erzeugen in Folge bei Milz und Magen eine Schwäche. Außerdem kann eine angeborene Schwäche von Milz und Magen zu Feuchte-Hitze und weiters zu Tumorbildung führen. Ebenso wie eine konstitutionelle Schwäche, Überarbeitung oder bei älteren Personen eine Schwäche von Leber das Eindringen von äußeren pathogenen Erregern erleichtert, dadurch die Bewegung von Qi und Blut blockiert wird und so bei Feuchtigkeits-Toxinen und Tumoren im Darmtrakt endet.

#### Innere Ansammlung von Nässe-Hitze

##### Symptome:

- Bauchschmerzen (vor allem im Abdomen), Beklemmung in der Brust
- Neigung zu Durchfall – mit blutigem Schleim im Stuhl
- Stinkender Stuhl mit Blähungen
- Übelkeit und eventuell Mundgeruch
- Trockener Mund und Durst
- Zunge: rot, klebriger gelber Belag (buttrig)
- Puls: tief, schlüpfzig (oder drahtig) und schnell

##### Therapie:

Hitze klären und Nässe bewegen, Milz und Qi stärken

#### Milz- und Nieren Yang Leere

##### Symptome:

- Fahlgelbe Gesichtsfarbe
- Spannung/Schmerz und Kälte im Abdomen und am unteren Rücken und in den Knien
- Kalte und schwache Gliedmaßen
- Appetitlosigkeit
- Weiche Stühle mit Schleim, Durchfall am Morgen

- Zunge: blass bis blassrot, geschwollen mit Zahnabdrücken und eventuell leichtem weißen Belag
- Puls: tief, schwach, fadenförmig und ev. schlüpfrig

#### Therapie:

Nieren wärmen, Milz stärken, anschließend die Feuchtigkeit ausleiten und die Kälte vertreiben

#### Leber- und Nieren Yin Leere

#### Symptome:

- Schmerz im Abdomen
- Schwer abzusetzende trockene Stühle bis Verstopfung mit teilweise Eiter und Blut
- Hitze der 5 Herzen, Nachtschweiß
- Bitterer Mundgeschmack, trockene Kehle
- Schwindel, Tinnitus, unscharfes Sehen/trockene Augen
- Kreuzschmerzen (vor allem im unteren Rücken)
- Schlafstörungen und intensives Träumen, nächtlicher Samenerguß
- Zunge: rot bis tiefrot, spärlicher Belag/belaglos oder geschält
- Puls: drahtig und dünn, oder tief und dünn

#### Therapie:

Aufsteigendes Leberfeuer senken, Nieren und Yin nähren und tonisieren, Hitze ausleiten

#### Qi- und Blut-Leere

Siehe Beschreibung bei **Brustkrebs**



**Berührung ist Begegnung  
Shiatsu-Ausbildungen Austria  
Dr. Eduard Tripp**

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8  
Tel: +43 (676) 61 74 970  
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

### **Fallbeispiele: Shiatsu als Begleitung bei Krebs aus der Praxis**

#### **Dominique Chevalier**

Dominique Chevalier beschreibt in seiner Arbeit „Nebenwirkungen nach der Chemotherapie – kann Shiatsu helfen?“ dass Dank (seiner) Shiatsu-Behandlungen nach der Chemotherapie von Brustkrebserkrankten sich fast alle Nebenwirkungen verringerten: in Zahlen ausgedrückt lag die Verringerung von 40% bis 83%. Die Intensität der Nebenwirkungen reduzierte sich von durchschnittlich 6,5 auf 2,3. Die auffälligste Verbesserung konnte man bei den Symptomen Erbrechen und Übelkeit feststellen, die zu den häufigsten Nebenwirkungen gehören.

Eine weitere wichtige Verbesserung waren die Probleme im Mundbereich: die Patienten waren schneller in der Lage, wieder normal zu essen und erholten sich deshalb rascher von ihrer physischen Müdigkeit. Haarausfall hingegen war die Nebenwirkung, die sich am wenigsten verbesserte.

Nach den Shiatsubehandlungen konnten die Patienten das Tragen einer Perücke aber eher akzeptieren, weil sie sich emotional stabiler fühlten.

Eine andere Nebenwirkung, die sich am wenigsten verbesserte, war die psychische Müdigkeit.

Die allgemeine Wirkung von Shiatsu wurde aber als sehr wohltuend empfunden. Sowohl die physische als auch mentale Müdigkeit hatten einen Zusammenhang mit Übelkeit und Erbrechen. Wenn Erbrechen und Übelkeit zurückgingen, waren die Symptome der Müdigkeit weniger extrem und der Allgemeinzustand des Patienten verbesserte sich.

Tabelle mit den Nebenwirkungen mit Schmerzgrad vor und nach einer Shiatsubehandlung:

Nebenwirkungen	Ohne Shiatsu	Mit Shiatsu	Veränderung
Haarausfall	7,6	6,1	20,0 %
Übelkeit	7,0	2,2	68,6 %
Erbrechen	6,9	1,2	82,6 %
Physische Müdigkeit	8,4	2,8	66,7 %
Psychische Müdigkeit	8,2	4,7	42,7 %
Hautprobleme	4,6	1,3	71,7 %
Kribbeln	4,8	1,0	79,2 %
Kopfschmerz	3,0	1,0	66,7 %
Frösteln	6,0	1,0	83,3 %
Durchfall	4,0	2,9	28,8 %
Verstopfung	6,2	1,8	71,0 %
Probleme im Mund	6,5	1,4	78,5 %
Leberschmerzen	6,0	0,0	100 %
Fieber	8,5	2,7	68,8 %
Muskel-/Gelenkschmerzen	4,0	2,2	45,0 %
Geruch nach Chemikalien	10,0	3,3	67,0 %
Husten	8,0	5,3	33,8 %
Ohrgeräusche	8,0	0,0	100 %
Gefühl von Trunkenheit	9,0	1,8	80,0%
<b>Gesamt</b>	<b>6,5</b>	<b>2,3</b>	<b>64,4 %</b>

In den Behandlungen waren besonders oft zwei Meridiane auffällig: Leber und Magen.

- Leber wegen der Ausscheidung von Toxinen und
- Magen wegen der Symptome Übelkeit und Erbrechen

### Peter Itin

Peter Itin beschreibt in seinem Buch „Shiatsu als Therapie“ eine Brustkrebspatientin, die sich bewusst für Shiatsu als Therapie entschieden hatte, da diese eine rein medizinische Betreuung als unzureichend empfand. Eine psychotherapeutische oder psychiatrische Begleitung kam für sie auch nicht in Betracht.



Begründet wurde dies damit, dass sie durch den Eingriff ihren Körper als fremd, unheimlich und als Feind empfand. Die Operationswunden schmerzten noch lange während ihrer Vernarbung.

Die Berührung mit Shiatsu verhalf ihr dazu, einen neuen, liebevollen Zugang zu ihrem Körper zu finden. Sie konnte sich wieder mit ihrem Körper versöhnen und ihn annehmen wie er war. Angstvolle Verkrampfungen konnte sie loslassen und neues Vertrauen gewinnen.

Spannungen und Funktionseinschränkungen im Bereich der Narben konnten gelöst und die unterbrochenen Meridianverbindungen wieder aktiviert werden. Durch Shiatsu konnte sie sich generell mehr entspannen, Stress abbauen und die schwankenden Stimmungen und Gefühle besser halten und besänftigen. Wichtige Situationen und Entscheidungen konnte sie wieder mit mehr Distanz und Klarheit angehen.

Sie konnte sich mit ihrem tiefsten Lebenswillen und innersten Kern verbinden und auch mit schwierigen Lebensthemen versöhnen.

### Wayne Mylin

Wayne Mylin, Shiatsu-Therapeut und AOBTA-Mitglied, hat in einer Krebsklinik in Philadelphia praktiziert und während seiner 17jährigen Arbeit mit Chemotherapie-Patienten folgende hilfreiche Punkte angewendet:

- Yu oder Shu Punkte (hilfreich bei einer Vielzahl von Problemen)
- Übelkeit und Erbrechen: Perikard 6, Herz 7, Magen 36 und allgemeine Arbeit an den Füßen
- Angst: Perikard 6, Herz 7, Shen-Ohrpunkte, Lenkergesäß 20 und 24, Kreuzbein, jede unterstützende Berührung und Arbeit an den Füßen
- Depression: Unterstützung (sowohl mündlich als auch körperlich), Yu Punkte, die ausgleichen und tonisieren
- Schwindel: Dickdarm 4 und Arbeit an den Füßen
- Yin-Mangel: Magen 36
- Aufsteigende Hitze: Leber 2
- Schlafstörungen: alle Yu Punkte, Magen 36, Gallenblase 12 und 20, Lenkergesäß 20 und 24, Herz 7, Perikard 6 und Dickdarm 4

Die Krebspatienten wurden jeweils 35 Minuten auf einem Stuhl behandelt, und zwar vor, während und nach der Chemotherapie.

Die häufigsten Symptome die Wayne behandelte waren

- Müdigkeit
- körperliche Schmerzen
- Übelkeit
- Schlafstörungen
- Depression
- Angst
- erkältungsähnliche Symptome
- Wut
- Frustration und
- Furcht

Wayne Mylin wendete bei den Krebspatienten minimalen Druck an.

### Pamela Ellen Ferguson

Pamela Ellen Ferguson bestätigt auch die Ergebnisse von Wayne Myles in ihrer Arbeit als Shiatsu-Praktikerin und gibt folgende Ratschläge für Shiatsu-Therapeuten, die mit Krebspatienten arbeiten zu wollen:

- Praktiziere „Off-Body-Work“, in der Qi-Arbeit durchgeführt wird, ohne den Körper zu berühren, um im Bereich der Zonen, die gerade operiert wurden, arbeiten zu können.
- Wende weniger Techniken als zu viele an: „Weniger ist mehr“.
- Bitte immer den Patienten, dir seinen eigenen Bewegungsradius zu zeigen, sodass man jegliche unangemessene Bewegung oder Behandlungsposition während einer einfachen Dehnung vermeiden kann. Egal ob man auf einem Behandlungstisch oder auf einer Matte arbeitet, sollte man den Patienten bitten, sich selber in eine bequeme Lage zu bringen.
- Insbesondere nach einer Chemotherapie hilft der Perikard sehr, Übelkeit zu verringern, besonders P6 und P8. Man sollte mit wenig Bewegung, um Schwindel zu vermeiden, arbeiten, insbesondere im Nacken- und Schulterbereich.

- Bedenke, dass durch eine Chemotherapie das Jing angegriffen wird (sie greift das Knochenmark an, verursacht Haarausfall und führt in einigen Fällen zu einem vorzeitigen Beginn der Menopause).
- Das Jing und das Immunsystem nach der Chemotherapie wieder aufzubauen, ist überlebensnotwendig.

Ergänzend dazu, gibt Pamela weitere Tipps für die Behandlung von Krebspatienten wie:

- Patienten sollen ermutigt werden, sich umfassend über Krebstherapien zu informieren, bevor sie eine Entscheidung treffen. Man sollte den Patienten beruhigen und dabei unterstützen.
- Familie und Freunde des Krebspatienten sollten ein Unterstützungsnetzwerk aufbauen, damit praktische Bedürfnisse von verschiedenen Familienmitgliedern übernommen werden können. Somit bleibt dem Patienten mehr Zeit für sich und wertvolles Qi für seine unmittelbaren persönlichen Bedürfnisse.
- Die Patienten so oft wie möglich vor der Operation mit Fernöstlicher Körpertherapie und Meridiandehnungen behandeln. Das hilft ihnen ihr Qi zu erhöhen.
- Die Patienten immer wieder ermutigen, sich ein positives Bild in ihrem Geist entstehen zu lassen, wenn sie in die OP gefahren werden und aus der Narkose erwachen. Das vermindert nicht nur die Schmerzen, sondern regt den Qi-Fluss an, der für die Genesung wichtig ist.
- Einen Tag nach der Operation mit dem Patienten arbeiten. Sehr leichte Druckpunktarbeit an den Händen und Füßen oder einfaches, sanftes Palmieren zu beiden Seiten des Blasen-Meridians hilft, das Qi und die Peristaltik zu stimulieren.
- Krebs wird durch eine Reihe von Faktoren verursacht, wie Umwelt- und Industrierverschmutzung, außerdem durch Pestizide, Stress, Gene, Rauchen etc.
- Auch ist das Überleben von einer Reihe von Faktoren abhängig, wie zum Beispiel Teamarbeit.

#### **4. Schlusswort**

Shiatsu holt den Menschen dort ab, wo der Krebserkrankte nach durchgeführter Krebstherapie etwas Aktives für sich tun möchte. Denn in der ganzheitlichen Medizin werden Körper, Geist und Seele als eine Einheit betrachtet und behandelt.

In den Shiatsubehandlungen wird für Entspannung gesorgt, es wird auf den Krebspatienten individuell und mit viel Fingerspitzen-Gefühl eingegangen. Shiatsu stimuliert die Harmonisierung des Energieflusses. Wenn das gelingt, verbessert sich das Allgemeinbefinden und die Fähigkeit zur Homöostase – Selbstregulation – steigt.

Durch eine Shiatsubehandlung findet der Krebspatient wieder Kontakt mit sich selbst und seinem Körper und kann sich aussöhnen. Auf der Matte liegen wirkt sehr erdend, dadurch findet der Erkrankte wieder zu seiner eigenen „Mitte“ und er rückt ein Stück näher an seine gewohnte Lebensqualität – Linderung von Nebenerscheinungen.

Existenzielle Fragen werden in der Begegnung zwischen Klient und Shiatsupraktiker berührt. Hier wird vom Shiatsutherapeuten auch sehr viel innere Stärke verlangt, denn in dieser Begegnung werden beide Beteiligte mit ihrer eigenen Sterblichkeit konfrontiert. Emphathie (Mitgefühl) sollte beim Shiatsutherapeuten vorherrschen, nicht Mitleid.

Um das Risiko einer Krebserkrankung zu verringern, wird außerdem sowohl in der westlichen Medizin als auch in der TCM empfohlen, eine gesundheitsbewusstere Lebensweise anzunehmen, die häufig ein Umdenken erfordert.

Eine Kombination von westlicher und traditioneller chinesischer Medizin wird empfohlen.

## 5. Literaturverzeichnis, Quellenhinweise

Folgende Quellen habe ich neben meinen Mitschriften und den Skripten zur Shiatsuausbildung verwendet:

- [http://www.statistik.at/web\\_de/statistiken/menschen\\_und\\_gesellschaft/gesundheits/krebserkrankungen/krebs\\_im\\_ueberblick/index.html](http://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/gesundheits/krebserkrankungen/krebs_im_ueberblick/index.html)
- <http://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2014-02/who-studie-krebserkrankungen-weltweit>
- Graphik aus [http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/krebs/news/welt-krebs-bericht-2014-anzahl-der-krebs-erkrankungen-steigt-weltweit-rasant-an\\_id\\_3587653.html](http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/krebs/news/welt-krebs-bericht-2014-anzahl-der-krebs-erkrankungen-steigt-weltweit-rasant-an_id_3587653.html) von WHO
- <http://www.krebsimfokus.at/ueber-krebs/krebs-im-allgemeinen/was-ist-krebs.html>
- Auerbach/Fleck\_Vaclavik-Hellan-Özalp, Verlag Wilhelm Maudrich: Krebs und Komplementärmedizin
- Li Peiwen, Verlag Urban und Fischer: Chinesische Medizin in der Onkologie

Zudem nachfolgende Artikel aus dem Shiatsu Austria Magazin (<http://www.shiatsu-austria.at/index.php/magazin>):

- Die Begleitung und Unterstützung krebserkrankter Menschen. Psychotherapie, Traditionelle Chinesische Medizin und Shiatsu (Dr. Eduard Tripp)
- Shiatsu bei Krebs im Praxis-Alltag (Oskar Peter)
- Im Mittelpunkt steht der Mensch und nicht die Krankheit. Shiatsu bei Krebs (Oskar Peter)
- Shiatsu mit krebserkrankten Menschen oder der Abschied eines Mythos (Anja Forbriger)