

Rheuma – die wandernde Gelenkerkrankung

Wie die Chinesische Medizin helfen kann | *Dr. med. Michael Wullinger*

Rheumatische Erkrankungen äußern sich in Schmerzen, meist am Bewegungsapparat (v. a. an Gelenken, Sehnen, Muskeln). Es gibt eine Vielzahl verschiedener rheumatischer Erkrankungen. Eine davon ist die rheumatoide Arthritis. Sie ist eine Autoimmunerkrankung, bei der sich das Immunsystem gegen den eigenen Körper richtet und schwere gelenkerstörende Entzündungsprozesse verursacht. Neben der schulmedizinischen Behandlung gibt es aber auch Alternativen – zum Beispiel aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM).

Umfangreiche Forschung und jahrzehntelange Erfahrungen durch chinesische Experten können das therapeutische Spektrum bei Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises sinnvoll und effektiv erweitern.

Hintergrund für diese Aussage sind unter anderem die Erfahrungen von Professor Shen Pi'an aus Shanghai, der sich seit mehr als 50 Jahren auf die Behandlung von rheumatoider Arthritis und anderen Autoimmun-

krankheiten spezialisiert hat. Er hat sein Wissen im Oktober 2017 auf einem TCM-Kongress in der Evangelischen Akademie in Tutzing präsentiert.

Der amerikanische Arzt Peter Lipsky hat in Zusammenarbeit mit chinesischen Kollegen 2015 eine aufsehenerregende Studie veröffentlicht. Dabei zeigte sich, dass Extrakte der chinesischen Heilpflanze Tripterygium wilfordii (TwHF) die gleiche Wirkung erzielten wie das schulmedizinische Standard Basistherapeutikum Methotrexat [1]. Allein am Peking Union Medical College Hospital (PUMCH) werden jährlich mehr als 20.000 Patienten, die an rheumatoider Arthritis erkrankt sind, mit diesem Arzneimittel behandelt.

Diese Erfahrungen können wir beispielsweise nutzen für Patienten, welche trotz schulmedizinischer Behandlung weiter über Beschwerden klagen oder unter den Nebenwirkungen der verordneten Arzneimittel leiden. Sie können aber auch bei dem Versuch helfen eine mehrjährige Behandlung mit einer Basistherapie oder mit Kortisonpräparaten zu reduzieren und auszuschieben.

Rheumatoide Arthritis oder Bi-Syndrom

Das Krankheitsbild der rheumatoiden Arthritis wurde bereits in den alten Texten der Chinesischen Medizin als „wandernde Gelenkerkrankung“ (li jie bing) beschrieben. Heutzutage bevorzugen Rheumaexperten die Bezeichnung „deformierendes Bi-Syndrom“ (wang bi). Der Begriff Bi-Syndrom bedeutet schmerzhafte Blockaden, welche zu Bewegungseinschränkungen, Schwellungen und Schmerzen von Gelenken führen. Nach traditioneller Sichtweise führen krankheitsauslösende Faktoren wie „Kälte“ (algor, han), „Feuchtigkeit“ (humor, shi) und „Wind“ (ventus, feng) zu Blockaden in den Leitbahnen oder Meridianen.

Ein typisches Zeichen für „Kälte“ als krankheitsauslösender Faktor ist die Zunahme der Schmerzen im Winter sowie eine Verbesserung durch Wärme. „Feuchtigkeit“ zeigt sich klinisch vor allem in deutlichen Schwellungen von Gelenken. Ein charakteristisches Symptom für „Wind“ ist die Wechselhaftigkeit von betroffenen Gelenken sowie das rasche Kommen und Gehen der Beschwerden [2].

Moderne Therapiekonzepte

Die Behandlung hat sich im Verlauf von 2.000 Jahren stark verändert. Ärzte wie Prof. Shen Pi'an aus Shanghai haben die alten Behandlungsmethoden entscheidend weiterentwickelt und völlig neue Konzepte erarbeitet [3]. Eine zentrale Rolle spielt dabei der Begriff „toxische Hitze“ mit welcher der Gelenke zerstörende und deformierende Autoimmunprozess beschrieben wird.

Diese „toxische Hitze“ entsteht durch eine Wechselwirkung der krankheitsauslösenden Faktoren mit der „Wehrenergie“ (wei-qi), deren Aufgabe darin besteht, den Menschen gegen schädliche äußere Einflüsse zu schützen. Beim Bi-Syndrom wendet sich die „Wehrenergie“ nach innen und greift Gelenkhaut (Synovia), Knorpel und letztlich auch die Knochen an.

Chinesische Arzneimittel

Die wichtigste Säule der Behandlung in der Chinesischen Medizin sind pflanzliche Arzneimittel, die als wässrige Abkochungen (Dekotte) eingenommen werden. Ihre Wir-



Die rheumatoide Arthritis bewirkt, dass sich das Immunsystem gegen den eigenen Körper richtet und Entzündungsprozesse verursacht, die die Gelenke zerstören. Foto: Fotolia – staras

kung setzt langsam ein (meist nach ein bis drei Monaten), dafür sind jedoch keine nennenswerten Nebenwirkungen zu befürchten. Jahrelange klinische Beobachtungen, regelmäßige Laborkontrollen und Forschungsarbeiten zeigten, dass einige seit 2.000 Jahren verwendete Heilpflanzen in der Lage sind, die Aktivität der Antikörper bei Autoimmunerkrankungen zu vermindern. Das wichtigste Mittel hierfür ist die frische Variante eines Braunwurzgewächses, *Rehmannia radix* (sheng di huang) welche traditionell als stark kühlende und befeuchtende Arzneipflanze für besonders tiefsitzende „Hitze“- (Entzündungs-) Prozesse verwendet wird. Darüber hinaus hat sie eine weitere interessante Eigenschaft, nämlich die Stimulierung der Nebennierenrinde und damit des körpereigenen Kortisons.

Ein zweites wichtiges Mittel aus der Gruppe der Arzneien die „toxische Hitze“ kühlen, sind die Stängel des Geißblattes, *Lonicerae caulis* (ren dong teng). Sie werden ebenfalls für die Behandlung von heißen, geschwellenen und schmerzhaften Gelenken eingesetzt.

Neben den Arzneien die „toxische Hitze“ kühlen, werden Arzneipflanzen verwendet, welche die krankheitsauslösenden Faktoren aus den Leitbahnen ausleiten. Ein zentrales Mittel aus dieser Gruppe ist die Gebirgsangelikawurzel, *Notopterygii rhizoma* (qiang hu). Traditionell wird sie verwendet um „Feuchtigkeit“, „Wind“ und „Kälte“ zu beseitigen. Moderne Forschungsergebnisse zeigen, dass sie hervorragende schmerzstillende und entzündungshemmende Wirkeigenschaften hat.

Häufig werden auch Arzneipflanzen aus der Gruppe der „Xue“ (Blut) bewegenden Mittel zur Behandlung rheumatischer Beschwerden verwendet. Diese Gruppe spielt eine herausragende Rolle für die Behandlung aller Arten von Schmerzen. *Curcumae longae rhizoma* (jiang huang) ist ein Gelbwurzgewächs das im Englischen auch gelber Ingwer genannt wird. Es verstärkt die schmerzstillende Wirkung anderer Arzneien wie *Notopterygii rhizoma*. Die moderne Forschung hat als Wirkstoffe vor allem Tumerone und Curcumine gefunden. Vor allem die Curcumine haben eine entzündungshemmende, schmerzstillende und antioxidative Wirkung bei rheumatoider Arthritis.

Fallbeschreibung

Die 41-jährige Patientin kam mit Morgensteifigkeit, Schmerzen und Schwellungen an mehreren Finger- und Zehengelenken.

Fünf Jahre zuvor war bei ihr vom Rheumatologen eine chronische Polyarthritis diagnostiziert worden.

Daraufhin hatte sie zweieinhalb Jahre eine sogenannte Basistherapie mit Methotrexat (MTX) bekommen. Diese war auf ihren Wunsch abgesetzt worden, nachdem sie etwa ein Jahr lang beschwerdefrei gewesen war. Nun waren vor einigen Monaten erneut Beschwerden aufgetreten und durch lokale Kortisoninjektionen behandelt worden. Sie kam zu mir, weil sie sich auf keinen Fall wieder einer Basistherapie unterziehen wollte.

Aus Sicht der Chinesischen Medizin war bei ihr bemerkenswert, dass die Schwellungen und Schmerzen sich nach Genuss von Alkohol oder gebratenem Fleisch verstärkten sowie bei feuchten oder schwülen Wetterlagen. Außerdem bestand eine Infektanfälligkeit mit wiederkehrenden Kieferhöhlenentzündungen. All das deutete darauf hin, dass „Feuchtigkeit“ (humor, shi) bei der jungen Frau erneut zu Blockaden in den Leitbahnen geführt hatte.

Behandlung

Die Patientin kam einmal pro Woche zur Behandlung. Zum einen erhielt sie ein Rezept mit chinesischen Heilpflanzen, welche sie als Dekokt dreimal täglich zu sich nahm. Außerdem wurde sie jede Woche akupunktiert. Die Akupunktur eignet sich als ausleitendes Behandlungsverfahren besonders gut, um die krankheitsauslösenden Faktoren in ihrem Fall vor allem „Feuchtigkeit“ auszuleiten. Darüber hinaus ist eine große Stärke der Akupunktur die Behandlung von Schmerzen. Die Punkte Di 4 („Vereinte Täler“, hegu) und Le 3 („Die mächtige große Straße“, tai chong) wurden ausgewählt, um ihre Schmerzen zu beruhigen. Außerdem wurden die Punkte Di 11 („Gekrümmter Teich“, quchi), Ma 36 („Dritter Weiler am Fuß“, zusanli) und Mi 6 („Die Verbindung der drei YIN“, sanyinjiao) akupunktiert, um „Feuchtigkeit“ aus den Leitbahnen auszuleiten.

Ergebnis

Nach sechs Wochen waren sowohl die Schwellungen als auch die Schmerzen der Patientin abgeklungen. Erfreulicherweise besserten sich auch die Entzündungswerte im Blut. Die Behandlung wurde zur Stabilisierung des beschwerdefreien Zustands noch mehrere Monate fortgeführt und dann abgeschlossen.

Die Patientin war in den folgenden fünf Jahren beschwerdefrei. Dann hatte sie erneut einen kleinen rheumatischen Schub, der

Immunsystem im Gleichgewicht



Dieser Leitfaden führt ein in die Grundlagen und Anwendung der Mikroimmuntherapie. Durch die Reaktivierung von Viren – allen voran EBV – gerät das immunologische Gleichgewicht aus den Fugen. Die Mikroimmuntherapie hilft, wieder Harmonie ins Immunsystem zu bringen, indem sie mit homöopathisch verdünnten Botenstoffen wie Zytokinen regulierend eingreift. Das Fachbuch erklärt ausführlich und verständlich

- die Funktion des Immunsystems,
- die Diagnostik und Interpretation von Laborwerten,
- die ganzheitliche Therapie von autoimmunen Erkrankungen unter Miteinbezug der Krankheitsursachen.

Beispiele aus der Praxis zeigen Therapiemöglichkeiten auch bei komplexen Erkrankungen mittels Mikroimmuntherapie und begleitenden Maßnahmen auf.

Dr. phil. I. Corinne I. Heitz

Mikroimmuntherapie – Diagnostik und Therapie immunologischer Erkrankungen

2. Auflage 2017, Hardcover

176 Seiten, ISBN 978-3-945695-00-5

59,95 Euro

Leseprobe unter www.ml-buchverlag.de

Unser Bestellservice



09221 / 949-389



vertrieb@mgo-fachverlage.de



www.ml-buchverlag.de

ebenfalls durch etwa zehn Behandlungen zum Abklingen gebracht werden konnte.

Studien und Evidenz

Extrakte der chinesischen Heilpflanze *Tripterygium wilfordii* Hook F (TwHF) sind das am besten in hochwertigen Studien untersuchte Arzneimittel der Chinesischen Medizin in der Behandlung der rheumatoiden Arthritis (RA).

2016 erschien eine systematische Bewertung (review) und Netzwerk Metaanalyse von 22 Studien mit 5.255 Patienten, bei denen TwHF mit konventionellen Basistherapeutika (DMARDS) verglichen wurde. Sie kam zu dem Ergebnis, dass Extrakte von TwHF eine wirksame und sichere Behand-

lungsoption in der Behandlung der RA darstellen und nach den Kriterien des American College of Rheumatology (ACR) wirksamer sind als einige etablierte Basistherapeutika [4].

Der klinische Einsatz von TwHF ist in China weit verbreitet. Allein am Peking Union Medical College Hospital (PUMCH) werden jährlich mehr als 20.000 Patienten damit behandelt, meist in Kombination mit Methotrexat (MTX). Es sind mehr als 300 Bestandteile der Pflanze bekannt. Entscheidend für die antientzündliche und immunsuppressive Wirkung sind der Gehalt an Triptoliden, Triptioliden und Triptoniden. Die hohe Wirksamkeit von TwHF war in China schon lange Zeit bekannt. Allerdings zeigten sich bei der traditionellen Anwendung mit 9 bis 12 g Tagesdosis als wässrige Abko-

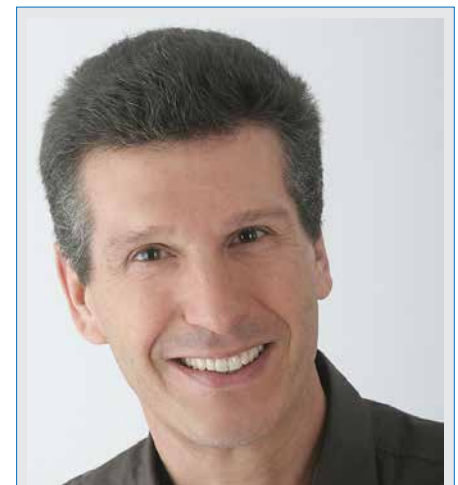
chung (Dekokt) auch erhebliche toxische Nebenwirkungen. Heutzutage werden 3 x 20 mg eines Chloroform-Methanol-Extraktes verwendet, welche eine gute Wirksamkeit mit geringen Nebenwirkungen aufweisen.

Im Westen hat sich vor allem der amerikanische Rheumatologe Peter Lipsky MD intensiv um die Erforschung von TwHF bemüht. Zusammen mit chinesischen Ärzten hatte er bereits 2002 und 2009 vielversprechende Studien mit dem chinesischen Arzneimittel durchgeführt und veröffentlicht [5, 6]. 2014 folgte eine multizentrische, randomisierte kontrollierte klinische Studie mit 207 Patienten über einen Zeitraum von 24 Wochen, bei welcher TwHF mit Methotrexat (MTX) verglichen wurde.

Die Patienten wurden in drei Gruppen eingeteilt: 69 Patienten erhielten einmal wö-

Autor / Jahr	Teilnehmer	Intervention	Ergebnis
Tao et al. 2002	35	TwHF versus Placebo 180 od 360 mg, 20 Wochen	TwHF > Placebo
Goldbach-Mansky et al. 2009	121	TwHF versus Sulfasalazin 3 x 60 mg, 24 Wochen	TwHF > Sulfasalazin
Lv Q. wen et al. 2015	207	TwHF versus Methotrexat (MTX) 3 x 20 mg 24, Wochen	TwHF > Methotrexat
Wang 2016	5255	Metaanalyse von 22 Studien	TwHF bei RA: wirksam und sicher

*Studien über *Tripterygium wilfordii* Hook F (TwHF). Die ersten drei Studien wurden unter maßgeblicher Beteiligung des amerikanischen Rheumatologen Dr. Peter E. Lipsky durchgeführt.*



Dr. med. Michael Wullinger

Seit mehr als 25 Jahren beschäftigt sich Dr. med. Michael Wullinger (Allgemein- arzt, Naturheilverfahren, Akupunktur) mit Chinesischer Medizin. Seit 1995 ist er in eigener Praxis in Rosenheim tätig. Seine Ausbildung in Chinesischer Medizin hat er bei der SMS absolviert, für die er heute als Dozent und Vorstandsmitglied tätig ist. Dr. Wullinger ist Dozent für Chinesische Medizin an der TU München. Darüber hinaus ist er Autor beziehungsweise Co-Autor von „Allergiebehandlung mit Chinesischer Medizin“, „Leitfaden Chinesische Rezepturen“ und „Leitfaden Chinesische Medizin“.

Kontakt:

Rathausstraße10
83022 Rosenheim
Tel.: 08031 / 12342
info@wullinger.de
www.wullinger.de

Weitere Informationen

Die Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e. V. (SMS) ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztegesellschaften für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und bildet seit 40 Jahren in allen Disziplinen der Chinesischen Medizin aus: Akupunktur, chinesische Arzneimitteltherapie, Ernährungstherapie Diätetik, den Bewegungstherapie Taiji, und Qigong sowie der manuellen Therapie Tuina.

Weitere Informationen unter:

www.tcm.edu

Kommende Kurse mit Michael Wullinger

Chinesische Arzneitherapie-Ausbildung

Start: in München: 14. / 15. April 2018

in Hamburg: 15. / 16. September 2018

Ausbildungsumfang 240 UE

Dauer ca. 24 Monate

Klinische Woche (ca. 50 CME-Punkte)

Schwerpunkte: Hashimoto-Krankheit, Reizdarm und Nahrungsmittelallergien, Kopfschmerzen, Harnwegsinfekte und Prostatitis

13. bis 20. Oktober 2018 auf Kreta, Griechenland

chentlich 12,5 mg MTX, 69 Patienten bekamen dreimal täglich 20 mg TwHF und 69 Patienten eine Kombination von beidem. Hauptzielparameter war der Anteil von Patienten, die eine Verbesserung von 50 Prozent nach den Kriterien des American College of Rheumatology (ACR50) erreichten. Im Ergebnis zeigte sich, dass 46,4 Prozent der MTX-Gruppe, 55,1 Prozent der TwHF-Gruppe und 76,8 Prozent der kombinierten Gruppe eine Verbesserung von 50 Prozent erreichten [1].

Indikationen für eine TCM-Behandlung

Die Behandlung rheumatischer Krankheitsbilder mit der Chinesischen Medizin kann die Möglichkeiten der Schulmedizin wirksam ergänzen und erweitern. Moderne Therapiekonzepte der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) berücksichtigen unter anderem die Wirkung chinesischer Arzneimittel auf die Bildung von Antikörpern. Extrakte von TwHF sind wirksam und sicher in der Behandlung der rheumatoiden Arthritis. Die Behandlung von rheumatischen Erkrankungen ist beispielsweise hilfreich im *Frühstadium* von Gelenkschmerzen und Gelenkschwellungen, bei negativem Rheumafaktor und noch unklarer Diagnose. Bei gesicherter Diagnose sollte im Akutstadium eine schulmedizinische Behandlung durchgeführt werden.

Im *Remissionsstadium* kann die Chinesische Medizin begleitend eingesetzt werden, um

eine Basistherapie oder Steroide auszuscheiden und die Remission zu stabilisieren.

Sinnvoll ist auch der Einsatz der Chinesischen Medizin wenn die schulmedizinische Therapie keine befriedigenden Therapieerfolge erreicht. In solchen Fällen ist die kombinierte Behandlung von Schulmedizin und Chinesischer Medizin eine gute Option.

Kleinere rheumatische Schübe nach einer erfolgreichen Basistherapie können mit Hilfe der Chinesischen Medizin in vielen Fällen erfolgreich abgefangen werden. Gute Erfahrungen für eine TCM-Behandlung bestehen auch für eine *reaktive Arthritis* nach einem bakteriellen oder viralen Infekt.

Auch die zu den degenerativen Erkrankungen zählende *Polyarthrose*, die vor allem bei Frauen im Klimakterium auftritt, spricht in vielen Fällen gut auf eine Behandlung mit Chinesischer Medizin an.

Das Ziel der Behandlung bei rheumatoider Arthritis ist die Verhinderung der Gelenkzerstörung und die Minimierung der Schmerzen. Idealerweise sollte der Einsatz der Chinesischen Medizin durch einen Rheumatologen begleitet werden. [7]

Die Voraussetzung für die wirksame Anwendung von Akupunktur und chinesischer Arzneimitteltherapie ist eine chinesische Diagnose durch einen entsprechend geschulten Arzt. Die Qualität der Chinesischen Medizin zeigt sich unter anderem darin, dass es zu jedem Krankheitsbild mehrere differenzialdiagnostische Behandlungsmöglichkeiten gibt. Das Erlernen der chinesischen Medizin erfordert eine mehrjährige Ausbildung. In

China dauert das Studium fünf bis sechs Jahre an einer Hochschule oder Universität. In Deutschland werden qualitativ hochwertige Ausbildungen von der Internationalen Gesellschaft für Chinesische Medizin (SMS) sowie im Rahmen des Masterstudienganges TCM an der TU in München angeboten. ■

Literaturhinweis

- [1] Lv QW, Zhang W, Shi Q, Zheng WJ, Li X, Chen H, et al. Comparison of *Tripterygium wilfordii* Hook F with methotrexate in the treatment of active rheumatoid arthritis (TRIFRA): a randomised, controlled clinical trial. *Ann Rheum Dis.* 2015;74(6):1078–86.
- [2] Vangermeersch LP-L, Sun. *Bi-syndromes or Rheumatic Disorders Treated by Traditional Chinese Medicine.* Brussels, Belgium: SATAS; 1994.
- [3] Pi'an S. *Shen's Textbook on the Management of Auto-immune Diseases with Chinese Medicine.* Herts: Donica; 2012.
- [4] Wang HL, Jiang Q, Feng XH, Zhang HD, Ge L, Luo CG, et al. *Tripterygium wilfordii* Hook F versus conventional synthetic disease-modifying anti-rheumatic drugs as monotherapy for rheumatoid arthritis: a systematic review and network meta-analysis. *BMC Complement Altern Med.* 2016;16:215.
- [5] Tao X, Younger J, Fan FZ, Wang B, Lipsky PE. Benefit of an extract of *Tripterygium Wilfordii* Hook F in patients with rheumatoid arthritis: a double-blind, placebo-controlled study. *Arthritis Rheum.* 2002;46(7):1735–43.
- [6] Goldbach-Mansky R, Wilson M, Fleischmann R, Olsen N, Silverfield J, Kempf P, et al. Comparison of *Tripterygium wilfordii* Hook F versus sulfasalazine in the treatment of rheumatoid arthritis: a randomized trial. *Ann Intern Med.* 2009;151(4):229–40, W49–51.
- [7] Puchner R. *Rheumatologie aus der Praxis. Ein Kurzlehrbuch der entzündlichen Gelenkerkrankungen mit Fallbeispielen.* Wien New York Springer 2012, 2. Auflage