



Nach einem Meniskusriss rieten Orthopäden Susanne (66) zu einer OP. Eine alte chinesische Methode konnte das verhindern

Als es passierte, wusste ich sofort: Da ist was kaputtgegangen“, erinnert sich Susanne Renken aus Schönefeld. In diesem Moment vor gut zwölf Jahren wird aus Unkrautzupfen plötzlich der Start einer Schmerzgeschichte. Eine, die Laufen, Radfahren oder Gartenarbeit unmöglich macht.

Nach einem Besuch beim Orthopäden und MRT-Aufnahmen steht fest: Der Korbhenkel im rechten Knie ist gerissen. Ein Teil des Meniskus klappt dabei blockierend und schmerzhaft wie ein Henkel in das Gelenk. Die Ärzte sagen: „An einer Operation kommen Sie nicht vorbei!“

Doch das will Susanne auf gar keinen Fall: „Meine

Tochter hatte nach einem Handball-Unfall richtig Pech bei einer Meniskus-OP in jungen Jahren, musste zweimal nachoperiert werden.“ Deshalb sucht sie Hilfe bei Dr. Weizhong Sun, der auf Traditionelle Chinesische Medizin wie Akupunkturtechniken spezialisiert ist und bereits ihrem Mann geholfen hat.

„Durch falsche Bewegung und Überbeanspruchung ist der Meniskusschaden entstanden. Entzündliche Gelenkergüsse haben zusätzlich für Schmerzen im Kniegelenk gesorgt“, erinnert sich der Mediziner. Deshalb rät er ihr damals zur Moxibustion, einer speziellen Akupunktur-Technik, bei der mit Hitze und Moxakraut (Beifuß) gearbeitet wird.

Susanne liegt dabei auf einer Behandlungsliege während Dr. Sun die weichen Akupunkturnadeln an der Innenseite des Knies setzt, um die Entzündungen dort zu erreichen, wo sie wüten.

Parallel beginnt er Moxakraut-Zigarren auf die

Nadeln zu stecken und zündet diese an. „Die ruhige Musik im Raum und die Tiefenwärme sind wohltuend und erdend“, beschreibt Susanne die 15-minütige Behandlung, „und die weichen Nadeln spürt man kaum – jede Spritze ist schlimmer.“

Am Anfang war sie skeptisch, gibt sie zu, „aber nach vier Behandlungen nahmen die Schmerzen deutlich ab – nach sechs Sitzungen war ich schmerzfrei“.

Nach anstrengenden Radtouren wiederholt Susanne die Moxa-Therapie. Aber trotz Arthrose und Meniskusriss musste sie bis heute

Akupunktur, die mit Hitze arbeitet

nicht operiert werden. „Ich kann wieder gärtnern, radeln und das

Leben genießen“, sagt sie lächelnd. Und das tut die Büroangestellte im Ruhestand am liebsten mit ihrem Ehemann Dieter (69) auf Kreuzfahrten z. B. im Mittelmeer. „Und in ein paar Wochen gehen wir mit unseren drei Enkeln ins Disneyland in Paris“, freut sich Susanne, „mit dem

kaputten Knie wäre die weiten Fußstrecken undenkbar gewesen!“

SIRA HUWILER-FLAMM

Dr. Sun steckt bei Susanne Moxa-Zigarren auf die Nadeln



Problem: Meniskusriss und Gelenkergüsse

Krankengeschichte: Schmerzmittel

Lösung: Moxibustion

Das sagt der Arzt:



Dr. Weizhong Sun

Facharzt für physikalische und rehabilitative Medizin, Naturheilverfahren und Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), Berlin

Moxa aktiviert die Selbstheilungskräfte

Was ist die Moxibustion?

Die Moxa-Therapie ist eine TCM-Wärmetherapie. Getrockneter Beifuß wird in Form von Moxa-Zigarren, -Puder oder -Kegeln allein oder Kombination mit Akupunktur-Nadeln über bestimmten Akupunkturpunkten erwärmt. Diese Punkte liegen entlang der Meridiane, die laut TCM für den Energiefluss im Körper verantwortlich sind.

Was passiert dabei im Körper?

Beifuß enthält ätherische Öle, Bitterstoffe und Flavonoide, die beim Erhitzen frei werden. Die Wirkstoffe und die therapeutische Wärme dringen tief ins Gewebe ein. Das regt die Durchblutung an, entspannt die Muskeln, hemmt Entzündung und aktiviert die Selbstheilungskräfte des Körpers.

Was kann man mit der Therapie behandeln?

Bei chronischen Schmerzen, Muskel- und Gelenkbeschwerden, Verdauungsproblemen, Erschöpfung sowie bei Kälte- oder Energiemangelzuständen wird die Therapie häufig eingesetzt. Bei Fieber, akuten systemischen Erkrankungen, offenen Wunden oder während der Schwangerschaft sollte man verzichten.

Zahlt die Kasse?

Je nach Krankenkasse ist eine Kostenübernahme möglich. Als Selbstzahlerleistung liegen die Kosten pro Behandlung zwischen 15 und 50 Euro.