

Traditionelle Indische Medizin (Ayurveda)

Das indische Medizinsystem Ayurveda, verbreitet sich zunehmend in der ganzen Welt. Es ist interessant diese Popularität zu beobachten, da Ayurveda auch über lange Zeit bestanden hat und damit bewiesen hat, dass es ein erfolgreiches Medizinsystem, verbunden mit der Mutter Erde ist. In vielen westlichen Ländern ist Ayurveda jedoch nur als Wellness akzeptiert und gilt als moderner Trend. Hinzu kommt, dass zahlreiche Ayurvedische Lehranstalten falsche Informationen und Lehren weitergeben, was wiederum einen Rückgang des authentischen Ayurveda bedeutet. Dadurch gibt es viel Verwirrung bei den Schülern bzw. in der Öffentlichkeit. Dieser Artikel soll Klarheit schaffen und ein Licht auf das in Indien praktizierte Medizinsystem zu werfen.

Nach 12 Jahren Schule ziehen es die meisten Abgänger vor, an einer Universität zu studieren. Dort müssen zunächst einmal die favorisierten Schwerpunkte und Themen gewählt werden. Ob sie jedoch in die gewünschte Richtung gehen können, hängt von der Schulabschlussnote ab. Wählt ein Schüler z.B. naturwissenschaftliche Schwerpunkte wie Biologie, ist es für ihn später einfacher in die medizinische Richtung zu gehen. Wählt er jedoch Mathematik sind es die Ingenieurberufe. Dieses Vorstudium dauert zunächst zwei Jahre. Mit einem Abschluss, der mehr als 60% guter Noten aufweisen muss, kann man sich dann für einen Eingangstest (uni-intern oder staatlich) für das weiterführende Studium bewerben. Es ist ein harter Kampf, diesen Test zu bestehen, da es mehr als 200.000 Bewerber und nur rund 3000 Plätze in medizinischen Universitäten gibt. Zuvor jedoch kann der Student seine favorisierte Berufsrichtung wählen. Im medizinischen Sektor gibt es folgende Auswahl: Schulmedizin, Ayurvedische Medizin, Homöopathische Medizin, Tiermedizin und Forstwirtschaft (für medizinische Gewächse).

Das Studium der Ayurvedischen Medizin

Es gibt mehr als 250 Universitäten für Ayurvedische Medizin in Indien. Der zu erreichende Abschluss wird BAMS (Bachelor of Ayurvedic Medicine & Surgery) genannt. Wie auch das Schulmedizinstudium dauert auch das Ayurvedastudium fünfeinhalb Jahre (Vollzeit). In diesen Jahren muss der Ayurvedastudent sowohl ayurvedische wie auch schulmedizinische Themen unter absolvieren. Die Unterrichtssprache ist in Sanskrit und Englisch. Da alle traditionellen ayurvedischen Schriften in Sanskrit verfasst wurden, ist der Student gezwungen, diese Sprache zu erlernen. Der Unterricht findet jeden Tag, außer sonntags, statt. In diesen fünfeinhalb Jahre sind folgende Themengebiete im Detail zu studieren: Anatomie, Physiologie, Klinische Medizin, Pathologie, Innere Medizin, Gynäkologie, Geburtshilfe, HNO, Toxikologie, Sozial- und Präventivmedizin, Pädiatrie, Chirurgie, Orthopädie, Psychiatrie, etc. Daneben werden die entsprechenden ayurvedische Themen gelehrt wie ab dem zweites Jahr gibt es u.a. Unterricht in den Krankenhäusern in den unterschiedlichen Abteilungen.

Nach viereinhalb Jahren finden die Abschlussprüfungen statt und der Student muss anschließend ein Jahr praktisch in Krankenhäusern in den unterschiedlichen Abteilungen tätig sein um dann sein Zeugnis von der Universität zu erhalten.

Studenten können nun wählen, ob sie sich für weitere drei Jahre für das „Post Graduation“ Studium (MD- Medical Doctor) anmelden.

Ab dem zweiten Jahr sollten die Studenten ihre Abschlussarbeit (Forschungs- und Thesenwerk) beginnen. Es ist eine eigene Forschung auf einem gewählten Gebiet unter der Aufsicht eines Professors (Guide) und eines Lektors (Co-Guide).

Während der Zeit des Verfassens dieser Arbeit muss der Student regelmäßig jüngere Klassen theoretisch wie auch praktisch unterrichten. Auch muss er viele Seminare vorbereiten und leiten sowie andere besuchen. Im Krankenhaus müssen die Studenten ebenfalls Tag und Nacht zur Verfügung stehen.

Wie sind die Krankenhäuser in Indien aufgebaut?

Krankenhäuser:

Indien hat eine große Bandbreite im Gesundheitswesen. Es schließt Krankenhäuser, kleine Kliniken, mobile medizinische Einheiten (mobile medical units), Arbeiter zur Förderung der Gesundheit, etc. mit ein. Es gibt zahlreiche Krankenhäuser verteilt in ganz Indien, für Schul- und Ayurvedische Medizin, privat oder staatlich.

Die meisten staatlichen Krankenhäuser stellen der armen Bevölkerung kostenlose Behandlungen und Medikamente zur Verfügung. Es gibt sehr viele Krankenhäuser in denen Schulmediziner und ayurvedische Ärzte zusammenarbeiten, da sich beide Systeme sehr gut ergänzen. Das Gehalt der beiden Doktoren ist gleich, es richtet sich nach Erfahrung und Qualifikation.

Der Ablauf in den Krankenhäusern

In den ayurvedischen Krankenhäusern gibt es drei Abteilungen: ambulanter- und, stationärer Teil sowie eine Unfallstation.

Normalerweise kommen die Patienten erst in den ambulanten Bereich um den Doktor zu einer Konsultation zu treffen.

Einige der häufigsten Krankheiten die in ayurvedischen Krankenhäusern behandelt werden sind: Arthrose, rheumatische Krankheiten, psychische Krankheiten, Lähmungen, Gesichtslähmungen, Multiple Sklerose, Diabetes, Krebs, Tuberkulose, Knochenbrüche und Dislokationen, Menstruationsprobleme, Impotenz, Kinder Krankheiten, Tier- und Pflanzenvergiftungen, Gelbsucht, etc.

Der Umgang zwischen Arzt und Patient während der Konsultation ist in der ayurvedischen Medizin komplett anders als in der Schulmedizin. Der Arzt verbringt sehr viel Zeit mit dem Patienten um möglichst viel über dessen Krankheit in Erfahrung zu bringen. Darshana (Beobachtung), Sparshana (Abtasten), Prashna (Befragung) sind die drei Hauptkriterien die zu beachten sind um eine Krankheit zu diagnostizieren.

Ein ayurvedischer Arzt untersucht nicht nur die Zeichen und Symptome einer Krankheit sondern analysiert ebenso die Beziehung des Geistes und des Körpers mit diesen.

Laboruntersuchungen von Blut, Stuhl, Schleim, sowie Röntgenuntersuchungen, Ultraschall, MRI-Scann wird ebenfalls durchgeführt.

Ein qualifizierter Arzt verschreibt erst Medikamente zur Einnahme, um die Doshas (die drei Prinzipien) zu beruhigen und ins Gleichgewicht zu bringen wenn er merkt, dass die Krankheit damit geheilt werden kann. Stellt er jedoch fest, dass es sich um eine chronische Krankheit handelt, verschreibt er Medikamente zur Einnahme, äußerliche Behandlungen und Panchakarma-Therapien.

In der Sicht des Ayurveda entwickeln sich Krankheiten wegen einem Ungleichgewicht in den drei Doshas (VATA, PITTA & KAPHA). Es kommt nur sehr selten vor, dass eine Krankheit wegen nur einem Dosha hervorgerufen wird. Meistens sind zwei oder alle drei Doshas involviert, in einer komplexen Art.

In der ayurvedischen Medizin gibt es etwa 3 000 unterschiedliche Pflanzen die für die verschiedenen Medikamente verwendet werden. Aus diesen Pflanzen und Kräutern werden alle Medikamente hergestellt die später erwähnt werden.

Sie arbeiten mit Ihrem Team hier bei uns im ambulanten Bereich des Krankenhauses und 2010 wird es auch stationäre Betten geben. Ist das mit der Behandlung in Indien vergleichbar?

Auch die Behandlungen werden unterteilt in ambulante und stationäre Anwendungen:

1. Ambulante Behandlungen

Nach der Konsultation, der folgenden Diagnose und je nach Chronik der Krankheit wird eine Behandlung durchgeführt. Kann die Krankheit mit Medikamenten zur Einnahme geheilt werden, verordnet der Arzt die entsprechenden Präparate (später genauer erklärt), meistens sind es Kashaya (Dekokt), Arishta (Fermentiertes Präparat) und Tabletten. Zusätzlich gibt es spezifische Einschränkungen im Essen und bei den Aktivitäten. Ist die Krankheit geheilt, gibt es weitere Präparate zur Stärkung des Immunsystems. Sollten die Medikamente jedoch nicht wirken, werden diese verändert und weitere Untersuchungen finden statt. Es muss hierbei eine Auswahl von einem Medikament unter Tausenden von Präparaten getroffen werden. Dies kann nur erfolgreich durchgeführt werden wenn man die Mindestanforderungen bestanden hat, das fünfzehnjährige Studium zum Ayurvedaarzt (BAMS).

Die Medikamente sind in großen Mengen von gut organisierten und gut ausgestatteten Pharmaunternehmen erhältlich. Sie stellen die Präparate nach alten Rezepten her, so wie es in den alten Texten beschrieben wird. Es werden hierbei die modernsten Techniken angewandt um Proben zu analysieren um einen geringst möglichen Anteil an störenden Materialien wie Metallen und Bakterien zu vermeiden.

2. Stationäre Behandlungen

Während der Konsultation sollte ein Arzt schon entscheiden ob der Patient stationär mit äußerlichen Behandlungen und Panchakarmanwendungen behandelt werden sollte. Die Dauer des Aufenthaltes ist abhängig von der Intensität und Art der Krankheit. Die Behandlung variiert von 14 Tagen zu drei Monaten.

Panchakarma wird in drei Phasen angewandt um die störenden Doshas ins Gleichgewicht zu bringen und die Toxine aus dem Körper zu eliminieren:

A) Pre Panchakarma (Poorvakarma), B) Panchakarma, C) Post Panchakarma.

A) Pre Panchakarma

Die Pre Panchakarmabehandlungen unterstützen die Eliminierung der Toxine aus dem Körper der kranken Person. Wird sie nicht richtig ausgeführt so können zahlreiche Komplikationen während den Panchakarmabehandlungen auftreten.

Dies ist die vorbereitende Behandlung für Panchakarma. Pre Panchakarma Behandlungen sind Snehana (Ölung) and Swedana (schwitzen). Die Ölung kann intern und extern sein. Die interne

Ölung findet nur nach Einnahme spezieller Präparate statt und nachdem man Amapachana (Verdauung der körpereigenen Toxine) hergestellt hat. Ama ist ein Zustand in welchem Nahrung mit toxischen Materialien auftritt oder wegen schlechter Essgewohnheiten, etc. Nahrung in Toxine umgewandelt wurde. Diese Toxine werden dann vom Blut aufgenommen und im Körper verteilt, sie belasten letztendlich die Gewebe und rufen dann an den betroffenen Stellen Krankheiten hervor. Wird also eine externe Ölung vorgenommen ohne dass zuvor der Zustand des Amapachana erreicht wurde, werden die toxischen Materialien nur noch vermehrt und die Krankheit nimmt zu, Komplikationen treten auf.

Externe Ölungen sind Abhyanga (Ayurvedische Ölung am ganzen Körper), Lepa (lokale Ölung), Udvarthana (Behandlung mit Pulvern), Sirodhara: (Stirnölguß, Guß mit Dekokten und mit Medizinischer Buttermilch), Nasatarpana, (Behandlung mit Öl in der Nase), sowie Pizhichil (Ganzkörperölguß), Kizhi (Massage mit Reis und Pulvern in Beuteln), Kativasti (Rückenbehandlung-Lendenwirbelbereich), Shirovasti (halten von Öl in einer Lederkappe auf dem Kopf), etc. Dies sind einige der klassischen Behandlungen, welche in Kerala entstanden sind.

Nach der Ölung kommt das Schwitzen hinzu welches die Poren für das Eindringen des Öls öffnet und Toxine aus dem Körper durch die Haut transportieren soll. Während des Schwitzens öffnen sich die Poren und das Öl kann schnell in die Haut eindringen um damit die gewünschten Effekte zu erzielen. Es gibt zwei Grundlegende Arten von Swedana: Agniswedana (Schwitzen durch hohe Temperaturen) und Anagniswedana (Schwitzen ohne hohe Temperaturen).

Diese Behandlungen werden vorgenommen um den Körper des Patienten für die Panchakarmabehandlung empfänglicher zu machen.

Die Auswahl an Präparaten unter den mehr als 1000, wird abhängig von dem Krankheitsstadium und der Verfassung des Patienten getroffen. Jede falsche Wahl kann zu Komplikationen führen oder die Krankheit gar verschlimmern. Symptome wie Fieber, verschiedene Infektionen, Herzprobleme, Magenprobleme, Darmprobleme, Körpersaftspeicherung, Brechen, Durchfall, Lähmung, Koma, etc. können auftreten wenn die Auswahl der Medikamente nicht richtig getroffen wurde. Deshalb können nur qualifizierte Ärzte (BAMS/MD) die richtigen Präparate verordnen.

B) Panchakarma (Reinigungsbehandlung)

Vamana (herbeigeführtes Erbrechen mit Hilfe von bestimmten Kräuterpräparaten), Virechana (herbeigeführtes Abführen durch Kräuterpräparate), Vasti (Kräuter- und Öleinlauf), Nasya (Einführen von Öl oder Dekokten in die Nase) und Raktamoksha (Bluttherapie) sind die fünf Panchakarmabehandlungen (Reinigungsbehandlungen).

Alle Panchakarmabehandlungen sollten unter strikter Aufsicht eines Ayurvedaarztes durchgeführt werden, wegen der hohen Anzahl von Notfallsituationen.

Panchakarma- und und Poorvakarmabehandlungen (Pre Panchakarmabehandlungen) sollten nur bei Patienten durchgeführt werden, die dafür geeignet sind.

Das Behandlungspersonal

Die Krankenschwestern und Therapeuten sind die wichtigsten Mitarbeiter in einem Medizinsystem. Für diese Berufe, sei es in der Schulmedizin oder in der Ayurvedischen Medizin, müssen die Schüler eine dreijährige Ausbildung machen.

Normalerweise beginnen die Ayurvedischen Behandlungen früh am Morgen in einem speziell dafür vorgesehenen Raum. Ein besonderer Behandlungstisch (Dhrony / Pathy) aus Holz (mit medizinischem Wert) und alle anderen notwendigen Utensilien sind hier untergebracht. Heutzutage sind aber auch bequemere, ähnlich aussehende Tische aus Fieberglass erhältlich. In großen Krankenhäusern gibt es wegen der hohen Anzahl an Patienten sehr viele dieser Behandlungsräume.

Die Therapeuten haben in ihrer Ausbildung genau die einzelnen Abläufe jeder möglichen Behandlung gelernt, da sie das was der Arzt für den Patienten verordnet, ausführen müssen. Sie sollen in Notfallsituationen immer für jede notwendige Behandlung bereit sein und die genaue Beschreibung und jede kleine Veränderung des Ablaufes, die durch den Arzt angeordnet wurde, befolgen. Sie dürfen keine eigenen Ratschläge, Vorschläge oder sonstiges geben, da in ihrer Ausbildung der medizinische Teil nicht gelehrt wird.

C) Post Panchakarma

Nach der erfolgreichen Reinigung werden während einer bestimmten Zeit immunregulatorische und immunmodulatorische Arzneimittel aus Heilkräutern eingesetzt. Zusammen mit einer speziellen Diät und Bewegungsvorgaben kann das maximale Therapieergebnis erreicht werden. Nahrungsaufnahme zur rechten Zeit, leicht verdauliche Nahrung, den Jahreszeiten angepasste Ernährung, Vermeidung von unpassenden Nahrungsmitteln und Vermeidung eingangs erwähnter Gewohnheiten verhelfen zu einer schnellen Wiederherstellung. Aktivitäten wie Tagesschlaf, Wachbleiben während der Nacht, übermäßige Arbeit, Stress etc. spielen eine entscheidende Rolle beim Gesundheitsprozess.

Resort Boom

Ayurvedische Resorts und Ayurvedische Behandlungen zur Entspannung und Verjüngung sind die neuen Trends die sich erst kürzlich über ganz Indien verbreitet haben. In den meisten Orten kommen diese Resorts auch dem Tourismus sehr zu gute und sind Teil dessen. Ayurveda jedoch ist eigentlich ein Medizinsystem das mit Entspannung in kleinster Weise in Verbindung steht. Solche Ayurveda Resorts machen es aber leider unmöglich, der Welt zu beweisen, dass Ayurveda ein ernst zu nehmendes Medizinsystem ist. Sie fördern eher den Irrglauben Ayurveda sein ein Massagesystem. Resorts sind kein Ort für medizinisches Arbeiten. Wie kann dies eine Ayurvedische Kur sein, wenn man teures und reichhaltiges Essen nebenher genießt, Cocktails trinkt und sich im Sand ein Sonnenbad gönnt? Kranke Menschen sollten sich an ein Krankenhaus wenden, das seriöse medizinische Behandlungen anbietet und sich nicht Hotel oder Resort nennt.

Pharmaindustrie

Die Pharmaindustrie ist eine der Hauptindustriestämme die die Wirtschaft des Landes stärkt. Es gibt zahlreiche indische Medizinunternehmen die den internen Markt bestimmen.

Die Herstellung Ayurvedischer Medizin ist ein langer Prozess, wegen den natürlichen Zutaten, der genauen Beschreibung der Art der Herstellung, der Anzahl der Kräuter in den klassischen Rezepten, etc.

Ayurvedische Medikamente werden in zwei Klassen hergestellt. Eine ist die Umsetzung der uralten Rezepte mit mehr als 50 oder 60 unterschiedlichen Zutaten in verschiedenen Anteilen und Mengen. Die andere ist die Herstellung von neuen patentierten Rezepten, die aus Tests und Forschungen an Kliniken hervorgegangen sind.

Es gibt zahlreiche private Pharmaunternehmen die eigene Forschungsprojekte durchführen und sehr effektive, neue Ayurvedische Medikamente auf den Markt bringen.

Die meisten Ärzte halten aber an den alten traditionellen Rezepturen fest, die schon seit hunderten von Jahren verwendet wurden. Insgesamt ist es wohl um die 1000 solcher Präparate. Heutzutage sind viele Kräuter die zur Herstellung verwendet werden vom Aussterben bedroht. Einige davon sind nur in bestimmten Regionen und Wäldern zu finden.

Alle Pflanzen und Kräuter, die für die Medizinverarbeitung genutzt werden, müssen in einem guten und hygienischen Zustand sein, damit ihre die Wirkung gewährt ist. Die meisten Pharmaunternehmen verarbeiten die Kräuter mit modernster Technologie. Manche Präparate müssen kontinuierlich über Tage hinweg zubereitet werden um die genaue Rezeptbeschreibung (aus den alten Texten) einzuhalten und um die ganze Qualität zu erreichen. Nach der Herstellung müssen natürlich Proben genommen werden, man benutzt für diese Tests moderne Hilfsmittel wie z.B.Chromatographie um einen Standard zu gewährleisten.

Klassische ayurvedische Präparate

- 1.Kashayam / Kwatham - Kräuterdekokt (aus 10-80 versch. Kräutern)
- 2.Arishtam & Asavam - Fermentierte Kräuterpreparate (aus 10-60 versch. Kräutern)
- 3.Gulika / Vatika - Kräutertabletten (aus 20-60 versch. Kräutern)
- 4.Choornam - Kräuterpulver (aus 3-40 versch. Kräutern)
- 5.Ghritham - Kreuterghee (aus 20-40 versch.Kräutern)
- 6.Tailam - Kräuteröle (aus 20-80 versch. Kräutern)
- 7.Leham - Kräuterpasten (aus 20-80 versch.Kräutern)

Kerala, die Heimat des Ayurveda

Generell denken die meisten Menschen aus dem Westen, Indien sei ein kleines Land, unbedeutend, was die Bevölkerung und die Größe betrifft.

Doch Indien ist so groß wie ganz Europa und auch die Staaten in Indien sollten wie die unterschiedlichen Staaten in Europa betrachtet werden. Den Unterschied der Staaten in Indien erkennt man vor allem an den großen Unterschieden der Sprachen. Es gibt mehr als 15 Sprachen die in Schrift und Aussprache ganz anders sind, so wie in Europa.

Kerala ist ein kleiner Streifen Land im Südwesten des indischen Kontinents. Es ist ein Küstenstaat und hat eine Fläche von 39,000 meilen² was im vergleich zu anderen Staaten in Indien sehr klein ist. Allerdings ist Kerala der dicht bevölkertste Staat Indiens (nach der letzten Zählung sind es 30 Mio. Einwohner).

Kerala gewann die internationale Aufmerksamkeit dadurch, dass es dort fast keine Alphabeten gibt, trotz der hohen Bevölkerungszahl. In diesem kleinen Staat liegt die Anzahl von Menschen die Lesen und Schreiben können bei 100%.

Kerala hat ebenso die Nase im Bereich des Ayurveda ganz weit vorne. Die meisten kranken Menschen kommen mit ihren Problemen aus ganz Indien nach Kerala um dort in einem der

berühmten Ayurvedischen Krankenhäusern behandelt zu werden, besonders bei chronischen Krankheiten. Sogar Menschen aus der ganzen Welt kommen hier her um sich behandeln zu lassen wenn die Schulmedizin in ihren Heimatländern nicht mehr helfen kann.

Ayurvedische Praxen in Kerala sind sehr speziell und einzigartig. Folgende Aspekte machen das Ayurvedische Medizinsystem in Kerala professioneller und heben es von dem der anderen Staaten Indiens ab: Die Tradition der Heilkunst, der natürlichem Reichtum an Heilpflanzen, die Medizinverarbeitung, die besonderen Behandlungen, Experten unter den Ärzten und Lehrern, etc. Die meisten der Ärzte in Kerala halten an den traditionellen und klassischen Behandlungen und den natürlichen Präparaten fest.

Das größte und weltweit bekannteste Pharmaunternehmen der Ayurvedischen Medizin befindet sich in Kerala. Es besteht schon seit hunderten von Jahren und ist eines der ältesten seiner Art. Patienten aus der ganzen Welt lassen sich im dazugehörigen Krankenhaus behandeln. Die wohltätige Seite dieses Giganten zieht viele arme Menschen an, da sie hier kostenlose Konsultationen bei qualifizierten Ärzten bekommen, sowie alle nötigen Medikamente.

Auch das einzige psychiatrische Krankenhaus der ayurvedischen Medizin ist ein Teil dieses Komplexes. Wegen all dieser Besonderheiten hat sich das Unternehmen einen speziellen Namen in der Ayurvedischen Welt gemacht.

Fazit

Es wäre hilfreich wenn Ayurveda auch hier in Deutschland als ein ernst zu nehmendes Medizinsystem verstanden würde. Ayurveda in seiner ursprünglichen Form kennen- und verstehen zu lernen ermöglicht das Überleben des Heilsystems. Die Anerkennung medizinischer Systeme der unterschiedlichen Teile der Erde wäre eine große Bereicherung für alle Menschen, um in physischer und psychischer Harmonie leben zu können. Denn nie heben sich die alten Lehren und Weisheiten der Heilmethoden gegeneinander auf, im Gegenteil sie bereichern und ergänzen sich. Jedes Medizinsystem hat seine positiven und negativen Aspekte. Die Benutzung der positiven Aspekte aller Medizinsysteme würde der Menschheit sicherlich einen großen Dienst erweisen.

Mehr als die Hälfte der Naturmedizinsysteme kommt aus den östlichen Ländern der Erde und wird auch folglich dort praktiziert. Die Traditionelle Indische Medizin spielt dabei eine große Rolle.

Syal Kumar MD
Arzt für indische Medizin
Natural Medicine and Integrative Medicine
Kliniken Essen-Mitte
Am Deimelsberg 34a
45276 Essen
Tel: 0201/174-25021
E-Mail: s.kumar@kliniken-essen-mitte.de
www.kliniken-essen-mitte.de/tim