



Text und Bilder: Ulrike Icha

MILZ-PANKREAS-MERIDIAN (MP)

Der Milz-Pankreas-Meridian ist ein **YIN-Meridian**. Er zählt in der 5-Elemente-Lehre zum **Erde-Element** und steht in enger Beziehung zum Sinnesorgan **MUND** sowie zu den **Muskeln**. Er ist mit dem **Magen** gekoppelt. Seine stärkste Aktivität liegt in der Zeit von **09 bis 11 Uhr**.

Verlauf:

Er entspringt etwa 2 - 3 mm proximal (der Körpermitte zugewandt) vom Nagelwinkel der großen Zehe (MP 1), zieht dann hinauf entlang der Innenseite des Unter- und Oberschenkels, weiter über die Leiste und gerade hinauf über die Außenseite des Unterbauches. Von dort zieht sich der "innere Verlauf" entlang von Milz, Magen, Herz bis zum Zungengrund. (Nach Vorstellung der traditionellen chinesischen Medizin gibt es eine innere Verbindung zum Herzen.) Der "oberflächliche Verlauf" geht vom Abdomen (Bauch) zur Außenseite des Brustbereichs, biegt dann knapp vor der Höhe der Achselhöhle nach unten ab und endet in Höhe der 6. Rippe im Punkt MP 21.

Bedeutung:

Aus Sicht der TCM sind Milz und Pankreas (Bauchspeicheldrüse) gemeinsam mit dem Magen verantwortlich für die Aufnahme, Umwandlung und den Transport der "Nahrungssessenz". Zusätzlich reguliert das System die Wasserverteilung. Dadurch, dass es das Bindegewebe sowie die Muskeln ernährt, können die Organe am Platz gehalten werden. - Etwa kann ein Milz-Pankreas-Energiemangel mit einer Blasensenkung oder mit einem Gebärmuttervorfall einhergehen. Probleme im System erkennt man rasch an einer "geschwollenen Zunge" (erkennbare Zahnabdrücke am Rand der Zunge) und an "geschwollenen Lippen" sowie an schlaffem Gewebe um die Augen - etwa an extrem hängenden Augenlidern.

Sorgen oder Zuversicht?

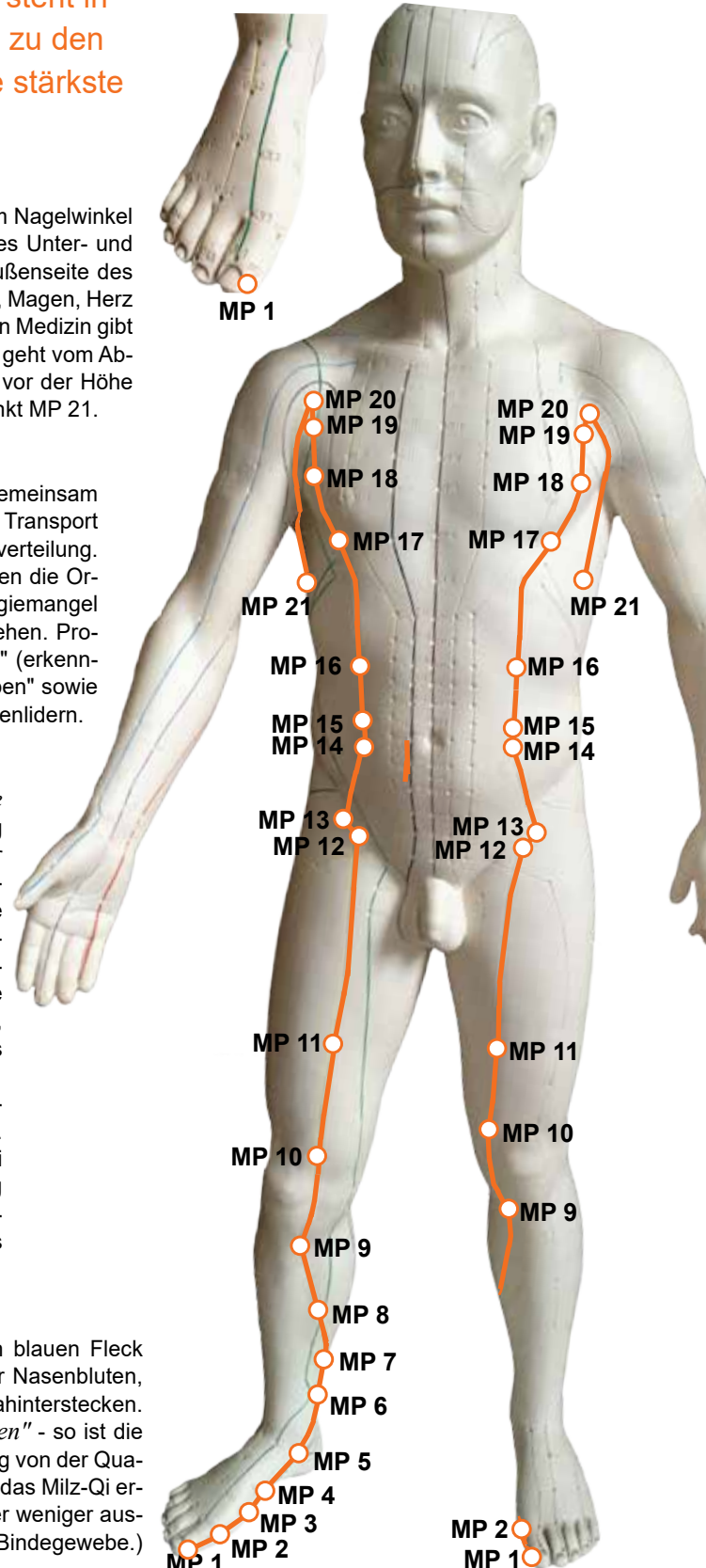
Laut TCM *beherbergt die Milz das Denken* bzw. ist sie für die "geistige Verdauung" zuständig. Bei einem Milz-Qi-Mangel kommen wir häufig ins "Grübeln", die Gedanken drehen sich im Kreis, Sorgen trüben unser Dasein. Manches können wir "geistig nur schwer verdauen". Umgekehrt können aber auch übermäßiges Nachdenken, exzessive geistige Arbeit sowie intensives Studieren (Lernen) die Milz-Energie schwächen. Ebenso können ein Übermaß an Essen, vor allem an schleimbildenden Lebensmitteln (Milch, Milchprodukte, Weizen, Orangen, grobe Vollwertprodukte) die Milz überfordern. Dann fühlen wir uns kraftlos, träge und unkonzentriert. - "*Plenus venter non student libenter*", das heißt, "*Ein voller Bauch studiert nicht gerne*".

Eine ausgeglichene Milz-Energie zeigt sich in: guter Konzentrationsfähigkeit, klarem Denken, leichtem Lernen und rascher Auffassungsgabe. Die Milz steht symbolisch für "*Geborgenheit*" und "*Urvertrauen*". Bei ausgeglichener Milz-Energie haben wir im Bezug auf die Verwirklichung unserer Projekte klare Vorstellungen und besitzen das notwendige Vertrauen, dass alles bestens gelingen wird. Wir sind fähig, unseren Fokus auf etwas zu richten, das uns Energie gibt.

Blaue Flecken:

Schon ein kleiner Stoß gegen einen festen Gegenstand lässt einen blauen Fleck entstehen? Sie neigen möglicherweise zu Zahnfleischbluten und/oder Nasenbluten, Frauen zu Zwischenblutungen? Dann könnte ein Milz-Qi-Mangel dahinterstecken. Denn eine der Aufgaben der Milz ist, das "*Blut in den Bahnen zu halten*" - so ist die Lehrmeinung der TCM. Denn die Stabilität von Blutgefäßen ist abhängig von der Qualität des Bindegewebes und von der Muskel-Energie. Beides wird über das Milz-Qi ernährt. (Die mittlere Schicht der Blutgefäße besteht aus einer mehr oder weniger ausgeprägten Muskelschicht aus glatter Muskulatur und/oder elastischem Bindegewebe.)

ACHTUNG! Während der Schwangerschaft dürfen Punkte des Milz-Meridians (und des Nieren- sowie des Leber-Meridians), die sich an der Innenseite des Beines befinden, nicht sediert* werden. Diese Behandlung kann Wehen auslösen..



Indikationen:

Gesundheitliche Probleme, die mit Störungen im Bereich des Milz-Pankreas-Meridians stehen können, sind: **Bauchschmerzen, Magenschmerzen, Übelkeit, Schmerzen im Brustkorb, Kurzatmigkeit, Gefühl von Atemlosigkeit, Erbrechen, Durchfall, Blähungen, Diabetes, Menstruationsstörungen, Durchblutungsstörungen der unteren Extremitäten, Polyneuropathie, Schmerzen des Kniegelenks.**

Da laut TCM die Milz energetisch mit dem Mund in Zusammenhang steht, kann ein Milz-Pankreas-Energieungleichgewicht mit **geschwollenen Lippen und geschwollener Zunge, Lippenbläschen (Lippenherpes), Bläschen auf der Mundschleimhaut und auf der Zunge (Aphthen)** einhergehen.

Zu den typischen psychischen Störungen, die wir dem Milz-Pankreas-Magen System zuordnen, zählen wir: **Depressionen, übermäßige Sorgen (Grübeln).**

Da das Wei Qi (Abwehr-Qi) durch Milz und Magen "genährt" wird, kann ein Milz-Energiemangel gleichzeitig zu einer **Immunsystemschwäche** führen. Typische Merkmale sind viel **Schleim in den Bronchien, im Hals und in der Nase.**

Auch Übergewicht kann ein Zeichen von Milz-Energieschwäche sein, die sich in einem langsamen Stoffwechsel äußert. Fett wird leichter angesetzt. - In der TCM spricht man dann bei dieser Form von **Übergewicht**, dass der Mensch "Schleim im Körper" hat. Typische Kennzeichen sind: körperliche Trägheit, "Schwimmreifen um den Bauch", Schwellungen am Körper - speziell Beinödeme und geschwollene Finger, Schwellungen um die Augen in der Früh.

Ausgewählte Anwendungen von Akupunkturpunkten lt. TCM:

MP 1 - "Verborgenes Weiß"

In der TCM ist er ein wichtiger **NOTFALLSPUNKT bei Ohnmacht und Kollaps, aber auch bei Unruhezuständen.**

LOKALISATION:

2 - 3 mm proximal (der Körpermitte zugewandt) vom Nagelwinkel der großen Zehe.

ANWENDUNG:

Ohnmacht, Kollaps, Unruhezustände, Bauchschmerzen, Bauchkrämpfe, Übelkeit.

MP 2 - "Große Stadt" TONISIERUNGSPUNKT

LOKALISATION:

Fußinnenseite am 1. Metatarsophalangealgelenke (Verbindung zwischen dem

Knochen der großen Zehe und dem angrenzenden Mittelfußknochen)

ANWENDUNG:

Bauchschmerzen, Völlegefühl, Hitzegefühl, Fieber.

MP 3 - "Höchstes Weiß"

LOKALISATION:

Innenseite des Fußes, knapp hinter dem Zehenballen.

ANWENDUNG:

Bauchschmerzen des Oberbauches mit gleichzeitiger Übelkeit und mit Erbrechen, Durchfall oder Verstopfung sowie Blähungen aufgrund von schwacher Verdauung (Malabsorption, Maldigestion, Magen-Darm-Entzündung).

Ziel ist, die Funktionen von Milz, Pankreas und des Mangens zu stärken sowie Hitze und "Schleim" zu eliminieren.

MP 4 - "Großvater und Enkelsohn", auch: "Gelber Kaiser"

LUO-Punkt***

Info: Der "Gelbe Kaiser" entspricht in der Lehre der TCM der "ERDE"

Mit dem LUO-Punkt MP 4 vernetzt sich der Milz-Pankreas-Meridian mit dem Magen-Meridian.

LOKALISATION:

Fußinnenseite - spürbare Vertiefung in der Mitte.

ANWENDUNG:

Magenschmerzen, Übelkeit, Nahrungstau, Oberbauchschmerzen, Durchfall, Darmgrippe.

MP 6 - "Treffen der drei Yin" VORBEUGUNGSPUNKT

LOKALISATION:

Schienbein Innenseite - 3 Cun (etwa 4 Finger) über dem Knöchel. Schmerzpunkt.

ANWENDUNG:

Schlaflosigkeit, Völlegefühl, alle Urogenital-Erkrankungen, Blasenbeschwerden, Bettnässen, entwässernd, Ekzeme, Magen- und Milzschwäche, während einer Geburt zur Wehenförderung (Den Punkt nicht während der Schwangerschaft sedieren!), gut zum Abnehmen.

MP 21 - "Große Hülle"

LUO-Punkt***

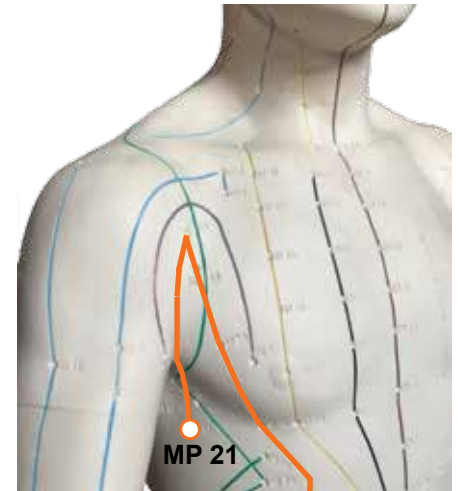
Info: Mit dem LUO-Punkt MP 21 vernetzt sich der Milz-Pankreas-Meridian mit einigen Meridianen - in erster Linie mit dem Herz-Meridian.

LOKALISATION:

An der 6. Rippe unterhalb der Achsel.

ANWENDUNG:

Asthma, Atemlosigkeit, diffuse wandernde Körperschmerzen, Herzprobleme.



Wichtiger Hinweis: Die in diesem Artikel erwähnten Anwendungen ersetzen keinen Arztbesuch. Sie können aber wertvolle Begleitmaßnahmen zu ärztlichen Therapien darstellen. Bei gesundheitlichen Beschwerden sollten Sie den Arzt Ihres Vertrauens konsultieren.

***Sedieren:** Mit Sedieren versteht man in der TCM das Wegnehmen von übermäßiger Energie, wenn die betreffende Körperstelle oder das betreffende Organ einen Zustand übermäßiger Fülle zeigt. Beim Sedieren wird der zu behandelnde Punkt TIEF gedrückt.



****Tonisieren:** Tonisieren bedeutet Anregen und Auffüllen und ist angezeigt, wenn der betreffende Bereich oder das betreffende Organ einen Zustand des Mangels zeigt. Beim Tonisieren wird der entsprechende Akupunkturpunkt SANFT gehalten.

*****Luo-Punkt** (Luo bedeutet verbinden, verknüpfen, vernetzen, Tür): Ein Luo-Punkt bildet eine Verbindung zum gekoppelten Meridian.

Quellen:
Meine Mitschriften aus der TCM-Ausbildung bei der Internationalen Gesellschaft für Chinesische Medizin, Wien, 1998 - 2001.
G. Stux, N. Stillner, B. Pomeranz - Akupunktur, Lehrbuch und Atlas, 5. Aufl., Springer-Verlag, S. 132 - 139.
Modell-Puppe für die Bilder - 3B Scientific GmbH, Deutschland.



Ulrike Icha
Kinesiologie,
Lebens- und
Sozialberatung,
Dunkelfeldmikroskopie
Ausbildungen und
Einzeltermine,
Buchautorin

Tel.: 0680 218 52 15
ulrike.icha@utanet.at
Flurschützstr. 36/12/46, 1120 Wien
www.phoenixhealing.at