

Patrick Seiz | Thomas Moser

Humoralmedizin – Grundlagen und Einsatz

Patrick Seiz | Thomas Moser

Humoralmedizin – Grundlagen und Einsatz

Ein kompaktes Lehr- und Arbeitsbuch

Foitzick Verlag, Augsburg

Wichtiger Hinweis: Die Autoren haben große Sorgfalt auf die (therapeutischen) Angaben, insbesondere Konzentrationen, Dosierungen, Indikationen und Warnhinweise, verwendet. Dennoch entbindet dies den Anwender dieses Werkes nicht von der eigenen Verantwortung. Weder die Autoren noch der Verlag können für eventuelle Nachteile und Schäden eine Haftung übernehmen, die aus den im Buch gemachten Hinweisen resultieren.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet abrufbar - über <<http://portal.d-nb.de>>.

© 2012 Foitzick Verlag GmbH, Augsburg
www.foitzick-verlag.de

Zuschriften an den Verlag an: info@foitzick-verlag.de

Lektorat: Martina Schramm, Prinz 5 GmbH, Augsburg
Layout und Satz: Prinz 5 GmbH, Augsburg
Herstellung: Julia Ehmer & Thilo Machotta, Prinz 5 GmbH, Augsburg
Druck und Bindung: Buchproduktion Thomas Ebertin, Uhldingen/Bodensee

Titelabbildung: Fotolia.com/Uschi Hering, Photocase.com/seleneos, Photocase.com/zanthia, Photocase.com/danielschoenen, bearbeitet durch Prinz 5 GmbH, Augsburg

Fotos: siehe Bildnachweis S. 127

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, der Funksendung, der Wiedergabe auf fotomechanischem Weg und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, bleiben vorbehalten.

ISBN 978-3-929338-74-4

Inhalt

Danksagung	6
Vorwort	7
1 Entstehung der Vier-Elemente-Lehre	11
Entstehungsgeschichte	12
Prägende Persönlichkeiten	20
2 Dualität und Polarität	23
Denken in Modellen	24
Die Modelle der Dualität und Polarität	25
Die Polarität von nährendem und bewegendem Prinzip	27
Zwei mal zwei macht vier: die Elemente	29
3 Die Vier-Elemente-Lehre	31
Die Vier-Elemente-Lehre	32
Das Element Luft	33
Das Element Feuer	34
Das Element Erde	35
Das Element Wasser	36
4 Die vier Humores	39
Elemente und Humores	40
Calor innatus und Humidum innatus	45
5 Die Entstehung der Humores	47
Sanguis-Bildung	48
Die Kochungen	49
Melanchole-Bildung	52

6 Organisation und Steuerung in unserem Körper	55
Animae - Die Seelen	56
Facultas - Die Fähigkeiten der Animae.	59
Spiritus - Die drei Hirne	63
7 Eukrasie und Dyskrasie	67
Säfte im Gleichgewicht.	68
Das Contraria-Prinzip	69
8 Die vier Temperamente	71
Das Temperament als Grundlage der Konstitution.	72
Der Sanguiniker	74
Der Choleriker	78
Der Melancholiker	81
Der Phlegmatiker	86
9 Humoralmedizinisches Denken und Krankheiten	89
Drei Organe und ihre »andere« Funktion.	90
Das Funktionieren in Zyklen	91
Fallbeispiele.	93
10 Geschmacksrichtungen und ihre humorale Bedeutung	97
Geschmacks- und Geruchsempfinden	98
Übersicht über die Geschmacksrichtungen	99
Bitterer Geschmack	100
11 Anhang	103
Nachwort	104
Die sieben hermetischen Gesetze	106
Typische Störungen der Humores	108
Muster-Antworten zu den Selbsttestfragen	111
Glossar	118
Literatur	126
Bildnachweis	127

Danksagung

Bei der Entwicklung dieses Skripts konnten wir uns jederzeit über viel Wohlwollen, Verständnis und Hilfe in und aus unserem Umfeld freuen. Besonders unseren Familien danken wir für die Unterstützung und das Verständnis während dieser Zeit.

Wir sind sehr froh, in Urs Gruber und Arnold Mayer zwei Menschen in unserer Nähe gehabt zu haben, die kompetent und unkompliziert ihr Wissen und ihre Ansichten mit uns geteilt haben. Wir bedanken uns auch bei den Kolleginnen und Kollegen, die unser Manuskript gelesen und uns wertvolles Feedback gegeben haben. Speziell erwähnen wir Eva Ferrari, Arthuro Strebel, Didi Kümmerlen, Gabriella Ronchi und Mäck Wildiesen - vielen Dank!

Unseren Diplomarbeit-Betreuern Urs Gruber und Jürg Hess danken wir für die gute, unkomplizierte und inspirierende Unterstützung - Danke.

Patrick Seiz & Thomas Moser

Vorwort

Alles beruht auf dem Mischverhältnis der Humores, die Gesundheit (richtige Mischung der Säfte = Eukrasie) wie auch die Krankheit (Fehlmischung der Säfte = Dyskrasie).

Die Humoralmedizin beschäftigt sich mit den vier universalen Elementen Wasser, Feuer, Erde und Luft und den von ihnen abgeleiteten Säften oder Humores. In ihrem Medizinmodell bedeutet »Krankheit«, dass ein Ungleichgewicht von Säften, also eine sogenannte Dyskrasie, besteht. Deshalb ist das Ziel der Humoralmedizin, das Gleichgewicht der Säfte (Eukrasie) im Körper des Patienten wiederherzustellen oder zu erhalten. Dabei ist die Erkenntnis grundlegend, dass jeder Mensch seine eigene, individuell »richtige« Mischung, sein eigenes Temperament, besitzt.

Obwohl die Humoralmedizin der wahrscheinlich bestüberlieferte und wichtigste Teil der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) ist, sind ihre Inhalte hierzulande eher unbekannt.

»Humoralmedizin« bedeutet die Medizin der Säfte. Sie betrachtet nicht, wie in der Schulmedizin, einzelne Organ- oder Zellstrukturen und deren »krankhafte« Veränderungen, sondern orientiert sich an den Funktionen der Organe. Auch die Zusammenhänge zwischen den Organen, Stoffwechselprozessen und ihren Störungen sind Teil der Betrachtungen. Als Vater der Humoralmedizin gilt Hippokrates und somit das Griechenland des vierten Jahrhunderts vor Christus als Wiege der Humoralmedizin. In ihrer 2.300-jährigen Geschichte prägten zahlreiche Hochkulturen die Humoralmedizin, von den Griechen über die Römer bis zu Arabern und Mauren. Hippokrates griff die Ansicht der vier Elemente Wasser, Luft, Feuer und Erde auf und übertrug sie auf den Menschen. So prägte er die vier Säfte Sanguis (Blut), Phlegma (Schleim), Melanchole (Schwarzgalle) und Chole (Gelbgalle). Sie sind nicht als natürlich vorkommende Säfte im menschlichen Körper zu verstehen, sondern als theoretische Prinzipien der Humoralmedizin.

Eine Charakteristik der Humoralmedizin ist es, den ganzen Körper als Einheit und nicht etwa einzelne Symptome oder Organe isoliert zu behandeln. Dieser Denkansatz steht konträr zur heutigen Schulmedizin. Aus unserer Sicht ist es daher eine große Chance der Humoralmedizin, in der Medizin ein Feld abzudecken, das mehr und mehr verloren geht.

Damit die Vier-Elemente-Lehre ihren Platz in einer modernen integrativen Medizin erhalten kann, sollen sich interessierte Menschen einfach und unkompliziert über die Inhalte informieren können. Aus diesem Bedarf heraus ist »Humoralmedizin - Grundlagen und Einsatz« entstanden. Es umfasst Grundwissen der Humoralmedizin, das verständlich und anschaulich dargestellt ist. Wir richten uns damit an alle, die den ersten Kontakt mit dem Kosmos der Humoralmedizin anstreben und etwas über die älteste europäische Naturheilkunde erfahren wollen - egal ob Mediziner, Heilpraktiker oder medizinische Laien. Es kann als Grundlage für autodidaktisches Lernen ebenso dienen wie als Unterrichtsskript.

Nach der Lektüre dieses Buches verstehen Sie die Grundzüge der Vier-Elemente-Lehre, ihre Herkunft und Wirkungsweise. Trotzdem kann ein Werk dieses Umfangs nicht mehr als eine Einführung in die Thematik bieten. Allen, denen wir Lust auf mehr machen können, schlagen wir am Ende des Buches eine kleine Auswahl an Titeln vor, deren Lektüre uns sinnvoll erscheint.

Übrigens: Nach jedem Kapitel finden Sie Selbsttests mit Fragen zum Kapitelinhalt. Wir laden Sie mit diesen Denkanstößen ein, Ihr Verständnis und Gedächtnis zu testen, und hoffen so, humorales Denken in den Ansätzen zu fördern. Wo nötig, bieten wir im Anhang Lösungsvorschläge zu den Tests.

Wir wünschen unseren Lesern viel Spaß beim Entdecken der Humoralmedizin.

Die Autoren

Januar 2012



Entstehung der Vier-Elemente-Lehre

Entstehungsgeschichte	12
Prägende Persönlichkeiten	20
Selbsttest	21

Entstehungsgeschichte

Die Lehre von den vier Elementen hat sich über viele Jahrhunderte und unter Einfluss zahlreicher Gelehrter zu dem entwickelt, was sie heute ist. Ein kurzer Streifzug durch die Entstehungsgeschichte stellt die wichtigsten Wegbereiter vor. Auch einige wissenschaftliche oder medizinische Ansichten, die uns heute zum Schmunzeln bringen, haben ihre Wurzel in der langen Entstehungsgeschichte dieser Heilkunde.

Antike

Erste geschriebene Texte der griechischen Medizin sind ab dem fünften Jahrhundert v. Chr. bekannt. Welche Kenntnisse, Methoden und Anschauungen bereits vorher bestanden, können wir heute nur mehr ahnen. Die Verse in Homers »Ilias« beispielsweise enthalten bereits rund 700 v. Chr. Abschnitte über die Behandlung von (Kriegs-)Verletzungen.

Antike Heiler betrachteten Krankheiten als Gotteszeichen oder das Werk von Dämonen - dem Kranken geschickt, um sein unmoralisches oder frevelisches Verhalten zu strafen. Epilepsie beispielsweise galt gar als heilige Krankheit. Deshalb sahen sie Gebete oder Austreibungen als wirkungsvolle Therapie.

Die griechische Medizintheorie brach mit diesen Traditionen und Annahmen. Stattdessen widmeten sich ihre Vertreter der Diagnose und Empirie. Gerade die hippokratische Medizin zelebriert dies mit zum Teil höchst spöttischen Schriften gegen die »alte« Medizin, die an göttlicher oder dämonischer Causa für Krankheiten festhielt.

Der Bruch führte zur Trennung von Religion und Medizin. Auch die Neudenker waren gläubige Menschen, die in der Medizin allerdings pragmatisch vorgingen. So beschrieben sie zum Teil erstaunlich genau den Verlauf von Krankheiten.

Dass eine solche Entwicklung möglich war, lag auch an äußeren Faktoren des antiken Griechenlands. Seine geografische Lage ermöglichte regen Handel zu Land und Wasser und damit auch Wissensaustausch zwischen den beteiligten Völkern. So war nicht nur Ware, sondern auch Wissen oder neue Technologie ein begehrtes Handelsgut. Handelspartner waren die verschie-

densten Länder rund um das Mittelmeer und darüber hinaus, bis zum nahen und mittleren Osten, Indien und China.

Die Handelsrouten waren interessante und rentable Ziele für feindliche Angriffe. Dadurch veränderten sich über die Jahrhunderte die Machtgefüge häufig. Die Städte entlang von Handelsstraßen mussten dem jeweiligen Vorherrscher zwar Steuern abtreten, blieben als Stadtstaaten aber weitgehend autonom. Dank dieser Autonomie ohne straffe Staatsordnung konnten sich Gelehrte frei austauschen. Verschiedene »Schulen« im Sinne von Denkgruppierungen entstanden. Die Mitglieder dieser rein männlichen Zirkel tauschten sich aus und philosophierten, denn Medizin ohne Philosophie galt als undenkbare - ein Ansatz, der auch heute oft hilfreich wäre.

Auf dem Weg von der Gott-gelenkten zu einer natürlich-wissenschaftlichen Medizin stellte sich die Frage nach einem Grundelement, aus dem alles entsteht und das in allem ist. Dazu in einem kurzen Überblick einige Gelehrte und ihre Ansichten:

- ▶ Thales von Milet (639-544 v. Chr.) sah in der **Feuchtigkeit** das Grundelement.
- ▶ Anaximenes von Milet (570-500 v. Chr.) stellte das Element **Luft** in den Vordergrund.
- ▶ Heraklit von Ephesus (556-489 v. Chr.) beschrieb das **Feuer** als Grundelement.
- ▶ Pythagoras von Samos (etwa 575-489 v. Chr.) sah in den Zahlen mehr als nur eine quantitative Aussage. Er beschrieb die Symbolik und die Aussagen der **Zahlen**. Diese Sichtweise war mitverantwortlich für die sogenannten »kritischen Tage«.

Kritische Tage spielen in der Humoralmedizin eine wichtige Rolle beim Verlauf einer Krankheit. So verläuft eine Krankheit auf gutem Wege, wenn am vierten, siebten, elften, vierzehnten oder siebzehnten Tag die Krise eintritt - für die Genesung muss der Patient diese wichtige Phase durchlaufen.

- ▶ Für Parmenides (515-450 v. Chr.) war die Entdeckung einer materiellen Essenz nebensächlich. Er wollte die Vorgänge im Körper verstehen und erkennen, ob und welche Gesetzmäßigkeiten für gesundheitliche Veränderungen verantwortlich sind.
- ▶ Heraklit (540-475 v. Chr.) definierte den Makrokosmos aus Feuer und Wasser mit dem Wandel als einziger Konstante.

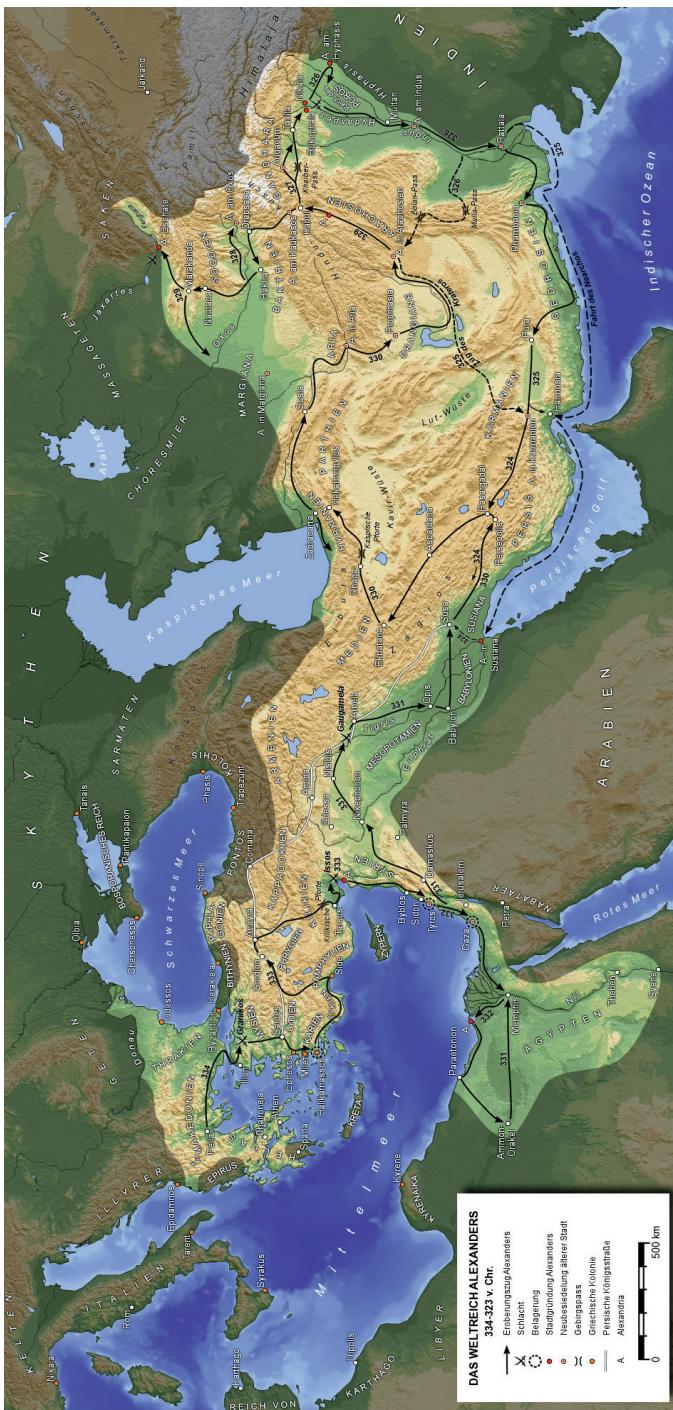
- ▶ Demokrit (460-370 v. Chr.) sah das universelle Prinzip im Fluss der kleinsten Teile in einem luftleeren Raum.
- ▶ Empedokles (etwa 495-435) auf Sizilien vertrat die Meinung, alles bestehe aus Mischungen der vier Grundelemente Wasser, Feuer, Luft und Erde, die wiederum aus zwei in allem wirkenden Urelementen hervorgehen. Diese Position gilt als Grundstein der Vier-Elemente-Lehre.

Die großen Werke von Hippokrates, Avicenna und Galen werden häufig mit der griechischen Medizin gleichgesetzt. Schon dieser kurze Einblick in die medizinische Wissenschaft der Antike zeigt aber, dass es auch damals nicht nur »eine« Meinung gab. Die verschiedenen Ansichten entwickelten sich in zum Teil konträren Strömungen immer weiter. Die griechische Medizin hatte also mehr Quellen und Facetten, als wir heute annehmen.

Im 5. Jahrhundert vor Christus wurde die universelle Philosophie der vier Elemente auf den Menschen übertragen. Sie manifestierte sich in den vier Säften mit den entsprechenden Eigenschaften warm, kalt, feucht und trocken. Hippokrates Schriften waren prägend für diese Zeit und wurden unter anderem von Aristoteles (384-322 v. Chr.) und Galen (s. Kap. »Persönlichkeiten«) bearbeitet.

Lange, bevor Galen mit seinem Werk die Medizin in Europa prägte, verbreitete Alexander der Große (356-323 v. Chr.) griechisches Gedankengut in seinem riesigen Reich. Seine Gebiete, die sich über Orient und Okzident erstreckten (siehe Abb. 1.1), stellten das erste Weltreich dar. Dank der Gunst von Alexander dem Großen konnte sich griechisches Denken, griechische Philosophie und Medizin über weite Strecken verbreiten – wahrscheinlich hatte auch Aristoteles als Alexanders Berater einen Einfluss darauf. So gelangten die Schriften auch nach Persien und Mesopotamien und beeinflussten nach der römischen Herrschaft in diesem Gebiet arabische Gelehrte wie Avicenna (s. Kap. »Persönlichkeiten«).

Anders als in den Bereichen der Gesetzgebung oder Staats- und Kriegsführung waren die Römer in der Medizin nicht so hoch entwickelt wie die Griechen. Die griechische Medizin verbreitete sich daher im ganzen römischen Reich, und griechische Ärzte erhielten den Status freier Sklaven. Galen schrieb in Rom als Vertreter der griechischen Medizin viele Werke und beeinflusste so die medizinischen Wissenschaften Roms. Abbildung 1.2 zeigt, wie sich das römische Reich und mit ihm die griechische Medizin im Mittelmeerraum ausdehnte.



Ahh 11 Das Makedonische Reich um 330 v. Chr.

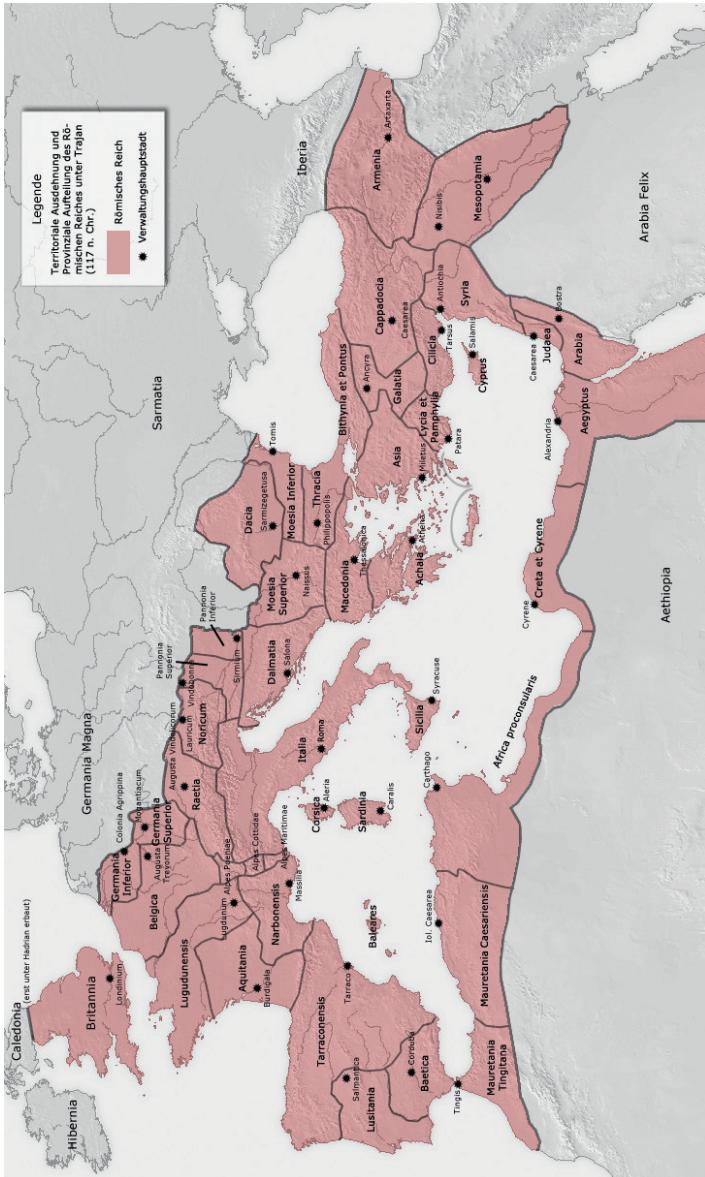


Abb. 1.2 Das römische Reich 117 n. Chr.

Mittelalter

Im Mittelalter (rund 500-1500 n. Chr.) verbreitete sich der Katholizismus in Europa. Mit ihm kam eine zunehmende Kontrolle und Einschränkung von Gelehrten. Die alten griechischen Schriften wurden in Klöstern als Orte der Bildung und Wissenschaft zwar gelesen und beeinflussten so auch die europäische Klostermedizin. Übersetzer, die die Texte in die lateinische Sprache übertrugen, veränderten und censierten die Inhalte aber auch, um sie mit den Vorstellungen des römisch-katholischen Glaubens kompatibel zu machen. Bald war Latein die allgemeine Gelehrtensprache in Europa, und nur noch wenige Gebildete verstanden die griechischen Originaltexte. Dadurch stagnierten die medizinischen Entwicklungen – ein Zustand, der sich erst in der Renaissance änderte.

Neuerungen gab es doch – aber außerhalb Europas. Arabische Gelehrte trieben die medizinische Entwicklung voran. Medizin wurde nun nicht mehr nur in Klöstern gelehrt, sondern auch in den ersten Universitäten. Prägender Einfluss kam von Avicenna, der stark durch griechisches Wissen beeinflusst war. Sein Kanon der Medizin, der um das Jahr 1000 entstand, hielt sich über mehrere Jahrhunderte als Standardwerk in medizinischen Ausbildungszentren, nicht nur in Süd- und Mitteleuropa.

Die arabische Welt galt als Bewahrer des griechischen Erbes. Gelehrte nannten ihr medizinisches Wissen »Unani«, also »griechische Medizin«, und ehrten so den geistigen Ursprung ihres Wissens. Nach der Gründung des Islams förderte das Wetteifern der Kalifen in intellektuellen und künstlerischen Belangen den Austausch von Wissen der verschiedensten Quellen und Gelehrten. So trieben sie die Forschungsaktivität voran.

Angriffe der Mongolen auf den arabischen Raum im 13. Jahrhundert trieb viele Gelehrte und Mediziner in die Flucht. Sie ließen sich in allen Teilen der Erde nieder und verbreiteten so ihre Kenntnisse – auch in Asien wurde (und wird noch heute) Unani-Medizin praktiziert. Mauren und Sarazenen brachten sie auch wieder nach Europa, wo sie nun auch an die Universitäten gelangte. Damals kursierten viele verschiedene Übersetzungen der Quelltexte. Die Übersetzer griffen in unterschiedlichem Maße in die Texte ein – zum Teil entwickelten sie den Inhalt weiter, zum Teil kürzten oder veränderten sie ihn. Sicher ist, dass durch dieses Verfahren viele verschiedene Versionen der Ur-Schriften im Umlauf waren.

Renaissance

Die Renaissance im Italien des 14. Jahrhunderts brachte eine »Wiedergeburt« in zweierlei Hinsicht. Zum einen besannen Gelehrte sich auf die Originaltexte der griechisch-römischen Antike. Zum anderen erlebte die intellektuelle, künstlerische und wissenschaftliche Kreativität einen Aufschwung. Gutenbergs Erfindung des Buchdrucks ermöglichte eine rasche und günstige Verbreitung von Wissen – eine wahre Revolution. Die griechische Kultur mit ihren Vordenkern wie Platon, Hippokrates und Aristoteles war höchst populär, Gelehrte eiferten ihnen wie im Wettstreit nach.

Auch vor der Kirche machten die Erneuerungen keinen Halt. Martin Luther übersetzte die Bibel neu, befreite sie von strengen, katholizistischen Interpretationen und reformierte damit die christliche Religion. Die Kirche reagierte darauf mit einer immer stärkeren Inquisition und Unterdrückung anders denkender Menschen. Verfolgte waren neben Ungläubigen und »Hexen« auch Häretiker, also Gelehrte, die Wissenschaft ohne religiöse oder politische Interessen verfolgten. Eine immer größer werdende Gruppe, darunter Paracelsus, bezweifelte die Unantastbarkeit der alten und neuen »Standardwerke« und griff diese an.

Neben diesen geschichtlichen Ereignissen brachte auch die Medizinforschung neue Ergebnisse – und diese waren, etwa in der Anatomie, gar nicht mit der damaligen Auslegung der Vier-Elemente-Lehre vereinbar. Ein Meilenstein dabei ist die »Entdeckung« des Blutkreislaufs von William Harvey im 17. Jahrhundert. Diese neuen Realitäten legten den Forschungsschwerpunkt immer stärker auf Organebene und entfernten sich damit von der funktionalen Denkweise der Humoralmedizin.

Moderne

Durch den immer stärker werdenden Einfluss der modernen Physik und Chemie wächst die Differenz zwischen der wissenschaftlichen Medizin und dem alten Wissen der griechischen Humoralmedizin stetig. Im 19. Jahrhundert setzt sich die Zelltheorie durch. Sie verdrängt überlieferte Modelle – die Humoralmedizin gilt daher als veraltet und falsch.