

Sinocure
Praxis für traditionelle
Chinesische Medizin
Akupunktur



Gartenstrasse 3
8640 Rapperswil
Tel.: 055 210 01 36

Bahnhofstrasse 2
9630 Wattwil
Tel.: 071 988 28 01

Willkommen bei SINOCURE – Der Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin! Wir sind spezialisiert auf Akupunktur und kommunizieren auf Deutsch, direkt und persönlich. An Ihrer absoluten Zufriedenheit liegt uns viel. Auch Hausbesuche in Alters- und Pflegeheimen gehören zu unserer Arbeit.

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist ein Medizinsystem, das in China seit 3000 Jahren praktiziert und ständig weiterentwickelt wird. Die TCM speist sich aus einer tiefgründigen Philosophie und ist aus einer erfahrungsreichen Tradition heraus gewachsen.

Die TCM wurde primär von zwei vorchristlichen, chinesischen Philosophien geprägt. Im Konfuzianismus finden sich teilweise die Wurzeln der Fünf-Elemente-Lehre (auch: fünf Wandlungsphasen): Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser. Der Taoismus kennt das Prinzip von Yin und Yang: Yin steht für alles Dunkle, Weiche, Ruhige und Yang für das Gegenteil.

Bei der Untersuchung und Diagnose konzentrieren sich die TCM-Fachleute auf vier Kriterien:

1) Inspektion (Zunge, Hautfarbe, Verhalten, Konstitution etc.), 2) Abhören & Beriechen (Sprache, Geruch, Atmung, Atem etc.), 3) Patientenbefragung (Vorgeschichte, Familiäre und soziale Situation) und 4) Palpation (Untersuchung durch Betasten: Haut, Puls etc.).

Die TCM basiert sowohl auf einem durchdachten analytischen Fundament, als auch auf der Erfahrung aus langer Beobachtung. Das Buch „Huang Di Nei Jing“ („Der innere Klassiker des gelben Kaisers“; besitzt eine unbekannt Autorschaft und entstand 475-221 v. Chr.), ist der früheste vorhandene medizinische Klassiker in China und besteht aus zwei Teilen: dem „Su Wen“ (einfache Frage) und dem „Ling Shu“ (übernatürlicher Drehpunkt). Ersterer Teil handelt vorwiegend von der medizinischen Grundtheorie, der zweite Teil von der Akupunktur. Das Buch „Shang Han Lun“ („Abhandlung über Fieberhafte Krankheiten, Diskussion über durch Kälte Verursachte Störungen“; wurde von Zhang Ji verfasst und entstand 200 Jahre v. Chr.), gilt als eines der einflussreichen klassischen Medizinbücher in China. In diesem Buch wurde aufgrund der Theorie der Sechs Paare von Meridianen die Diagnose und Behandlung von fieberhaften Krankheiten dargestellt. Das Buch „Zhen Jiu Jia Yi Jing“ (wurde von Huangfu Mi geschrieben und entstand ca. 259), gilt als frühestes, inhaltlich vollständigstes Akupunktur- Moxibustionswerk, das in China noch vorhanden ist.

Die TCM ist als funktionelle und ganzheitliche Medizin zu betrachten, die danach strebt, Körper und Geist des Menschen in seiner inneren Harmonie zu erhalten. Die innere Harmonie besteht aus dem Gleichgewicht von Yin und Yang. Nur wenn Yin und Yang im Körper harmonieren, ist der Mensch gesund. Harmonie und Gleichgewicht hängen vom gleichmässigen Fluss des Qi (Ursprung: vorgeburtlicher Qi: Eltern; nachgeburtlicher Qi: Nahrung/Luft) ab. Qi zirkuliert auf ebenfalls unsichtbaren Meridianen (Energieleitbahnen) im Körper und versorgt alle Organe und Zellen mit Lebenskraft. Qi kann durch emotionale oder physische Belastung verbraucht oder durch klimatische Einflüsse (Wind, Kälte, Sommerhitze, Feuchtigkeit, Trockenheit und Feuer) beeinträchtigt werden. Der

tägliche Stress und die schlechte Ernährung ist in heutigen Tagen die hauptsächliche Ursache für einen Mangel an Qi und führt folglich zur Entstehung von Krankheiten. Dieses Ungleichgewicht versuchen die TCM- Fachleute mit Akupunktur, Moxibustion, Schröpfen, Tuina- Massagen, Heilkräutern, chinesische Ernährungslehre und medizinisches Qi- Gong mit Erfolg zu harmonisieren.

Eine 5-Jahres-Untersuchung der Universität Freiburg (D) belegt, dass die heilenden Nadeln 85% aller Patienten helfen. Grundsätzlich gilt aber: Die TCM heilt, was gestört ist, nicht jedoch, was zerstört ist. Deshalb ist auch die TCM kein Allheilmittel.

Behandlungsformen

Akupunktur

Die Akupunktur wird in der TCM als „Wai Zhi“ (äussere Therapie) bezeichnet und ist die im Westen wohl bekannteste Methode der TCM. Es gibt zwölf Hauptmeridiane und dazu noch 8 ausserordentliche Meridiane. Die wichtigsten zwei Meridiane dieser 8 sind der Ren-Meridian (Yin) und der Du-Meridian (Yang). Auf den 14 Meridianen liegen die Akupunkturpunkte in kleinen Vertiefungen in der Haut; 361 an der Zahl. Ausserhalb der 14 normalen Meridiane gibt es zusätzlich noch 58 Extrapunkte.

Die zwölf Meridiane sind mit den sechs Yin- Organen (Lunge, Milz, Herz, Nieren, Kreislauf/Sexus und Leber) und den sechs Yang-Organen (Dickdarm, Magen, Dünndarm, Blase, Dreifacher Erwärmer und Galle) verbunden. Der Dreifache Erwärmer ist in der westlichen Medizin unbekannt und auch die anderen Organe entsprechen nicht unbedingt westlichen anatomischen Vorstellungen. Es muss betont werden, dass ein TCM- Arzt über diese Netzwerke genauso viel wissen muss, wie der westliche Arzt über Anatomie und Physiologie des Körpers. Ohne dieses Verständnis wäre eine erfolgreiche Behandlung sehr schwierig.

Zur Behandlung werden hauchdünne Stahladeln in die Akupunkturpunkte der Haut eingestochen, und zwar direkt an einer erkrankten Stelle oder an Punkten, die auf bestimmte Organe wirken sollen. Während die Nadeln bis zu einer halben Stunde in der Haut bleiben, verspüren die meisten Patienten Wärme, Kribbeln, Druck, Taubheit oder Schwere, was darauf hindeutet, dass der richtige Punkt getroffen wurde. Während dieser halben Stunde werden die Nadeln 1 bis 2 Mal durch Heben, Senken oder Vibrieren stimuliert. Der Fluss des Qi kann durch die Akupunkturbehandlung entweder angeregt oder gedämpft werden; je nachdem, welche Erkrankung vorliegt.

Die Sitzung dauert ca. ein Stunde. Die Anwendung wird meist 1-2 Mal wöchentlich durchgeführt und beinhaltet durchschnittlich 10 Sitzungen. Bei chronischen Beschwerden kann die Behandlung länger dauern. Heuschnupfen beispielsweise sollte mit einem Behandlungszyklus von 2-3 Mal stattfinden, 10 Sitzungen beinhalten und anfangs/ Mitte Januar durchgeführt werden.

Ohrakupunktur & Ohrpunktpflaster

Ohrakupunktur: Die Nadeln werden an einem bestimmten Punkt des Ohres eingestochen, um eine Krankheit zu beseitigen. Die Ohrakupunkturtherapie beruht auf der Theorie, dass das Ohr die Miniatur des ganzen Körpers ist und mit den anderen Organen des Körpers eng zusammenhängt.

Ohrpunktpflaster: Aufgrund der aurikulären Veränderung kann der TCM- Arzt eine Diagnose feststellen und gemäss dieser eine grüne Bohne (*Phaseolus radiatus*) oder einen Samen von *Vaccaria segetalis* mit einem Pflaster an einen bestimmten Ohrpunkt fixieren und dermassen Druck ausüben, dass die Stimulation des Punktes eine

Heilwirkung erreicht. Auf diese Samenkörner übt der Patient 3 – 5 Tage lang eine Dauerstimulation aus; auf diese Weise können diese Ohrpunkte den gesamten Organismus beeinflussen.

Elektroakupunktur

Bei der Elektroakupunktur handelt es sich um eine moderne Nadeltherapie, die Nadel- und elektrische Stimulation kombiniert.

Akupunkturpunktumschlagsmethode

Bei dieser Methode werden Drogen an den Akupunkturpunkten auftragen. Frische Heilkräuter oder trockene Medikamente werden zerkleinert und dann mit Wein, Honig oder Essig zur Paste vermengt, die dann an bestimmten Akupunkturpunkten auftragen wird.

Moxibustion

Bei der Moxibustion wird Moxa, ein getrocknetes Heilkraut, in der Regel Beifuss (*Artemisia vulgaris*), entweder direkt oder indirekt etwas über der Haut an speziellen Akupunkturpunkten abgebrannt. Es stimuliert die Energie in kalten und schmerzenden Gebieten, wo das Qi schwach ist oder stockt. Moxa brennt langsam ab und verbreitet eine eindringliche Hitze, die zu dem Qi- und Blutfluss in den Meridianen gelangt. Es besitzt einen typischen Moschusgeruch und kann ziemlich stark rauchen. Manche Patienten können den Geruch und Rauch nicht vertragen. Auch für die Gesundheitsvorsorge kann Moxibustion verwendet werden.

Schröpfen

Schröpfen ist eine alte Methode, die früher nicht nur in China, sondern auch in Europa und an vielen anderen Orten der Welt häufig angewandt wurde. Mit einem Schröpfkopf (normalerweise Glaskugeln) wird Blut über bestimmte Akupunkturpunkte für therapeutischen Zweck angesaugt. Das Schröpfen zieht durch den starken Saugeffekt blutergussartige blaue Flecken (Hämatome) nach sich, die harmlos sind und nach einigen Tagen verschwinden. Schröpfen ist besonders für die Behandlung einer örtlichen Blut- oder Qi- Stagnation in den Meridianen geeignet. Es kann auch dem äusserlichen Wind- Kälte- Einfluss, der die Lunge befällt, hilfreich entgegenwirken. Für die Gesundheitsvorsorge kann Schröpfen auch angewendet werden.

Tuina – Massage

Tuina- Massage ist eine der ältesten Therapieformen der TCM. Sie beeinflusst alle Meridiane und deren Nebengefäße durch verschiedene Handverfahren. Die wichtigsten dabei sind Tui (Schiebmanipulation) und Na (Greifmanipulation). Tuina- Massage löst nicht nur Verspannungen, sondern wirkt auch im Körperinnern, indem es zum Beispiel Energieblockaden löst. Tuina- Massage ist eine angenehme Form der Behandlung und wird zur unterstützenden Behandlung und zur Gesundheitspflege angewandt.

Arzneimittel

Die Therapie mit Arzneimitteln spielt in der TCM eine bedeutende Rolle. Die chinesische Arzneimittel (6000 Sorten) beinhalten pflanzliche, mineralische und tierische Stoffe, wobei der überwältigende Anteil aus pflanzlichen Stoffen besteht. Die chinesischen Arzneimittel sind nicht nur in China zu finden, denn viele der Heilkräuter wachsen auch

hierzulande in Gärten, auf Wiesen oder in den Bergen. Ca. 600 Sorten werden am häufigsten verwendet. Die alten Chinesen haben ihre Erfahrungen mit natürlichen Heilmitteln seit mehr als 2000 Jahren systematisch beschrieben und sie in eine Medizinteorie integriert, welche auch aus moderner Sicht als wissenschaftlich fundiert gilt. Das garantiert ein hohes Heilpotential. Die chinesischen Arzneimittel werden meist zur inneren Anwendung, teilweise auch zur äusseren Anwendung verabreicht. Traditionellerweise wurden die chinesischen Arzneimittel in kaltem Wasser zubereitet und dann gekocht (die Kochdauer und –art variiert) oder, wenn es sich um Tonika handelte, entweder für bestimmte Zeit in Alkohol eingelegt, oder mit Honig zu Pillen verarbeitet. Hier in der Schweiz gibt es vor allem folgende Formen von Arzneimittel: Tee, Pulver, Tropfen, Tabletten, Pillen und Extrakte. Darüber hinaus gibt es noch **Akupressur**, eine Therapieform, die über grössere Körperbereiche zur Anregung des Qi- und Blutflusses im Meridiansystem angewendet werden kann. **Qi Gong** ist eine Mischform zwischen chinesischer Atemtherapie, Konzentrationstherapie und Meditationstherapie. Auch die **Chinesische Ernährungslehre** ist eine wichtige Therapieform, denn das chinesische Denken nimmt Nahrungsmittel sehr ernst. Im Allgemeinen isst man, um das Körper- Qi zu erhalten und Gesundheit und Vitalität zu fördern.

In unserer SINOCURE Praxis finden Sie vorwiegend folgende Behandlungsformen:

- Akupunktur
- Ohrakupunktur & Ohrpflaster
- Elektroakupunktur / Wärmebehandlung
- Schröpfen
- Moxibustion
- Tuina-Massage

Indikationsgebiete

- **Krankheiten des Atmungs- und Kreislaufsystems:**
 - Chronische Bronchitis
 - Asthma
 - Koronare Herzkrankheiten
 - Angina pectoris
 - Bluthochdruck (*Hypertonie*)
- **Krankheiten des Verdauungssystems:**
 - Chronische Gastritis
 - Chronische Darmentzündungen
 - Reizdarm
 - Zwerchfellkrampf
- **Krankheiten des Systems der Harnorgane und Fortpflanzungssystems:**
 - Harninkontinenz
 - Akute und chronische Harnblasenentzündung
 - Chronische Prostatitis
 - Potenzstörung
 - Unfruchtbarkeit (*Sterilität*)
- **Stoffwechselkrankheiten**
 - Überfunktion der Schilddrüsen
 - Diabetes
 - Stoffwechselprobleme (*Obesität*)
- **Neurologische und Psychische Krankheiten**
 - Depression

- Kopfschmerzen
- Schwindel
- Trigeminusneuralgie
- Migräne
- Schlaflosigkeit (*Insomnie*)
- Müdigkeitssyndrom
- Schlaganfall
- Ischias
- Gesichtslähmung (*Neuroparalyse*)
- Nervenschwäche
- Neurose
- Epilepsie
- Altersblödsinn
- **Krankheiten des Bewegungssystems:**
 - Erkrankung der Halswirbelsäule
 - Nacken- und Armschmerzen
 - Schulterschmerzen
 - Rückenschmerzen
 - Tennisellenbogen
 - Bandscheibenvorfall (*Diskushernie*)
 - Lendenmuskelabnutzung
 - Arthritis der Schultern
 - Kniegelenkentzündung
 - Sehnenscheidenentzündung
 - Muskelsehnenentzündung
 - Rheumatisch bedingte Schmerzen
 - Rheumatoide Arthritis, RA
- **Hautkrankheiten**
 - Neurodermatitis
 - Akne
 - Ekzem
 - Schuppenflechte (*Psoriasis*)
 - Allergie
 - Warze
 - Gürtelrose (*Herpes zoster*)
- **Frauenkrankheiten:**
 - Menstruationsstörung
 - Wechseljahrebeschwerden
 - Frigidität
 - Unfruchtbarkeit (*Infertilität*)
 - Schwangerschaftserbrechen
- **Kinderkrankheiten**
 - Paralysis centralis
 - Bettnässen (*Enuresis nocturna*) und nächtliches Schreien
 - Hyperkinetisches Syndrom der Kinder
- **Krankheiten der Sinnesorgane:**
 - Kurzsichtigkeit (*Myopie*) (*heilende Wirkung im jungen Alter*)
 - Nasennebenhöhlenentzündung (*Sinusitis*)
 - Allergische Nasenentzündung (*Rhinitis*)
 - Pharyngitis und Laryngitis
 - Zahnschmerzen
 - Tinnitus

- **Infektionskrankheiten**
Grippe
Heuschnupfen
- **Entzugssymptome von Drogen, Rauchen und Alkohol**
- **von Krebs verursachte Schmerzen**
- **Schmerzen nach der Operation**
- **Ungünstige Reaktionen nach Radio- und Chemotherapie**

Kosten & Krankenkassen

Leistungen	Erw. ab 16 J.	Kinder bis 15 J.
- 1.Diagnose / Beratung	Gratis	Gratis
- Akupunktur	CHF 128.00	CHF 60.00
- Ohrakupunktur / Ohrpunktpflaster ZL	CHF 20.00	CHF 10.00
- Elektroakupunktur ZL	CHF 20.00	CHF 10.00
- Schröpfen ZL	CHF 20.00	CHF 10.00
- Moxibustion ZL	CHF 20.00	CHF 10.00
- Tuina – Massage ZL bis 10 Min	CHF 20.00	CHF 10.00

Für eine Akupunktursitzung mit Zusatzleistung (ZL) wird das Kostendach von CHF 168.- nicht überschritten, auch dann nicht, wenn die Summe der Leistungen darüber hinausgehen sollte. Die Kosten kommen so zwischen CHF 128.- und CHF 168.- pro Behandlung zu liegen.

Zusatzversicherung / Anerkannte Krankenversicherungen

Wir arbeiten derzeit mit über 50 Krankenkassen im Zusatzversicherungsbereich zusammen. Diese Versicherer beziehen vom Erfahrungsmedizinische Register (**EMR**) die Liste der anerkannten Therapeuten. Da unsere Rechnungsstellung direkt an Sie als Schuldner geht, bitten wir Sie zu prüfen, in welchem Umfang Ihre Versicherung sich an den Behandlungskosten beteiligt. Wir haben darauf keinen Einfluss.

Liste der Versicherer

- 1 HELSANA - plus Progrès, sansan, avanex, aerosana, KLuG, KK Stoffel Mels, KK Birchmeier
- 2 CSS Versicherung - plus Arcosana und Auxilia
- 3 SWICA
- 4 CONCORDIA
- 5 Wincare
- 6 Kolping
- 8 KPT - plus Krankenkasse Malter
- 9 HELSANA TOP
- 11 Innova
- 12 ÖKKV
- 13 SLKK
- 15 Agrisano
- 16 Aquilana
- 17 Provita
- 18 Allgemeine Krankenkasse Brugg
- 20 Sumiswalder Kranken- und Unfallkasse

- 21 Krankenkasse Luzerner Hinterland
- 22 Kranken- und Unfallkasse Rothenburg
- 23 kmu-Krankenversicherungen
- 24 ÖKK Surselva
- 26 rhenusana
- 27 Kranken- und Unfallkasse Einsiedeln
- 28 Krankenkasse Flaachtal
- 29 Krankenkasse Steffisburg
- 31 FKB Freiwillige Krankenkasse Balzers
- 32 Sodalıs (KK Visp), Krankenkasse Goms und Krankenkasse Zermatt
- 33 AMB Assurance
- 34 CMVEO
- 38 Krankenkasse des Saastales
- 39 Carena
- 40 Groupe Mutuel - plus Avantis, Avenir Assurances, CMBB, Easy Sana, Groupe Mutuel Assurances SA, Hermes, La Caisse Vaudoise, Mutuel Assurances, Natura Assurances.ch, Panorama, Universa, CM EOS, CM Fonction Publique, CM Troistorrents
- 41 Xundheit
- 43 Atupri
- 44 Intrax
- 45 Galenos

Über uns

Frau Xiao-Lu Jendis-Pan, dipl. Akupunkteurin

Ausbildung: TCM Universität Shanghai, VR China

Funktion: Therapeutin

Prof. Qi-Zhong Li, als Kliniker, Lehrer und Forscher arbeitete er in TCM Universität Shanghai über 30 Jahre

Ausbildung: TCM Universität Shanghai, VR China

Funktion: Supervision, fachlicher Berater der TCM

Kontakt

Adressen:

Gartenstrasse 3
8640 **Rapperswil**
Tel.: 055 210 01 36

Email: xiaolujendis@hotmail.com
Web: www.sinocure.ch
Fax: 055 216 14 03

Bahnhofstrasse 2
9630 **Wattwil**
Tel.: 071 988 28 01

Email: xiaolujendis@hotmail.com
Web: www.sinocure.ch
Fax: 055 216 14 03

Lageplan:

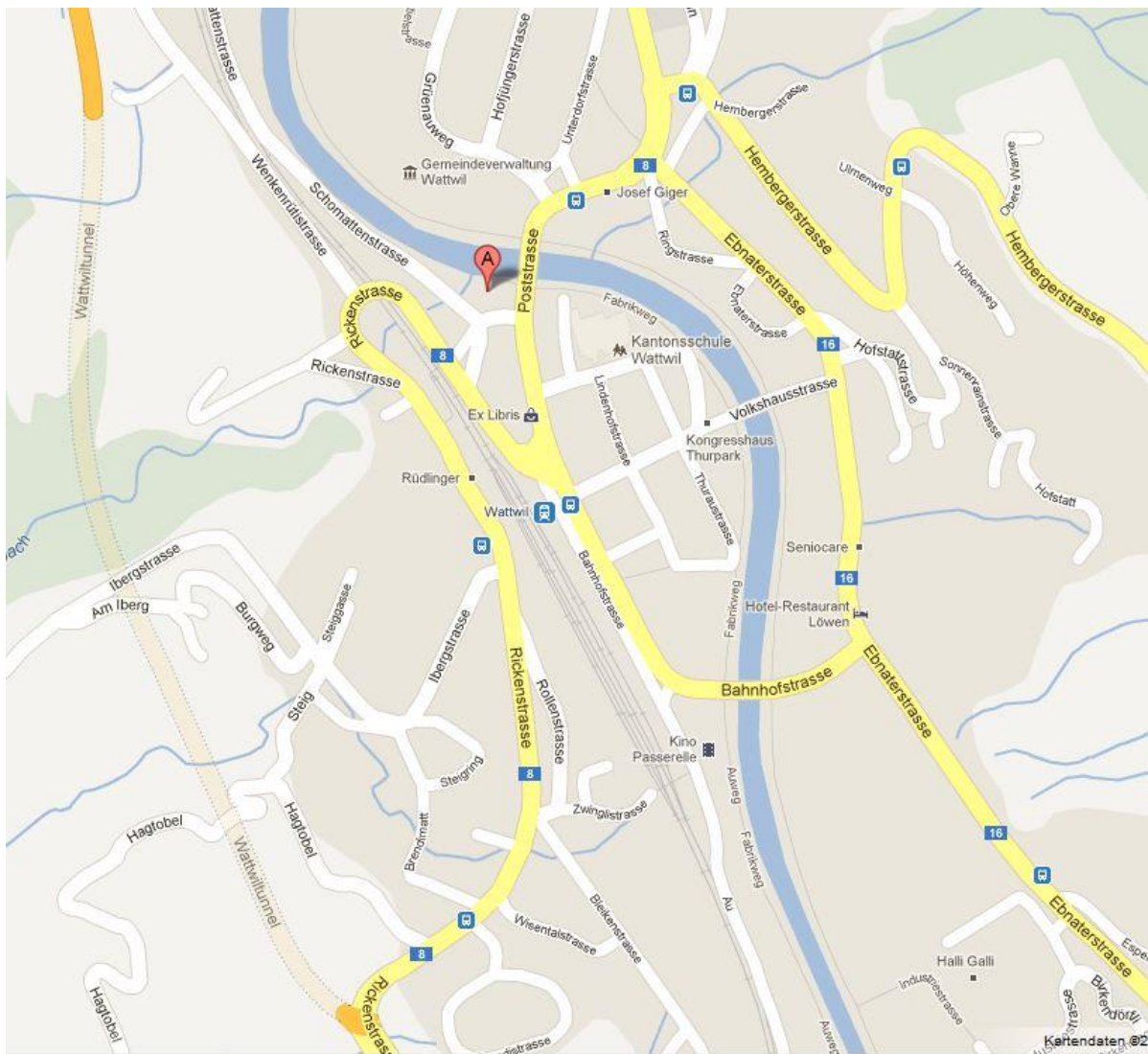
So finden Sie uns Rapperswil:



Mit Auto: Die SINOCURE Praxis liegt in der Altstadt von Rapperswil; unmittelbar vor der Praxis gibt es eine öffentliche Tiefgarage.

Mit Bahn: Haltestelle Bahnhof Rapperswil, dann zu Fuss ca. 5 Minuten.

So finden Sie uns Wattwil:



Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag und Freitag	08:00 – 12:00	13:00 – 18:00
Samstag	09:00 – 12:00	13:00 – 17:00