



Traditionelle Chinesische Medizin © fadzeyeva - AdobeStock.com



## Traditionelle Chinesische Medizin für Kinder

**Wenn unsere kleinen Lieblinge krank sind, macht uns dies häufig grosse Sorgen. Vielleicht gehörst auch du zu jenen Mamis oder Papis, die mit Medikamenten eher zurückhaltend sind und daher auch alternative Heilungs- und Präventionsmethoden in Betracht ziehen. Dann ist die Traditionelle Chinesische Medizin TCM eine wunderbare und sehr effektive Methode, um die Gesundheit deiner Kinder zu unterstützen.**

Nach Ansicht der TCM ist bei Babies der Verdauungstrakt noch unreif und benötigt mehrere Jahre, um sich gut auszubilden. Um die Gesundheit präventiv zu unterstützen, gehört es deshalb zu den zentralsten Gedanken der TCM, die Verdauung der Kleinen nicht zu überfordern. Auch im Krankheitsfall ist eine geeignete Ernährung oft die beste Therapie! Wenn du diesen Ansatz vertiefen möchtest, suche dir am besten eine/n TCM-TherapeutIn mit Erfahrung in Kinderernährung – davon können du und deine Kinder langfristig enorm profitieren.

Doch auch bei bester Prävention haben fast alle Kinder ab und zu gesundheitliche Beschwerden. Das Schöne: Kinder werden nicht nur schnell krank, sondern auch schnell gesund. Mit TCM kannst du diesen Prozess zusätzlich unterstützen. Besonders bei folgenden Anliegen hat sich die Medizin aus Fernost bewährt:

### **Verdauungsbeschwerden**

Von Dreimonatskoliken über Durchfall, Verstopfung, Erbrechen oder einfach «nur» Bauchweh – wenn es um Verdauung geht ist die TCM in ihrem Kernelement! TCM-TherapeutInnen können Kinder mit Kinder-TuiNa, einer ganzheitlichen Massage, besonders gut unterstützen. Manche TherapeutInnen bieten für Kinder auch Laser-Akupunktur an. Dabei werden Akupunkturpunkte mittels Infrarotlicht bestrahlt, was für die Kinder absolut schmerzfrei aber dennoch sehr wirksam ist. Auch Ernährungsberatung oder geeignete Tees können bei Verdauungsbeschwerden wahre Wunder bewirken!

### **Atemwegserkrankungen**

Viele Eltern kennen es: die chronisch laufende oder verstopfte Nase. Aber auch Husten, geschwollene Nasennebenhöhlen, Mandel- und Mittelohrentzündungen oder Asthma / Heuschnupfen sind häufige Beschwerden bei Kindern. Die TCM kann auch hier sehr gut unterstützend eingesetzt werden und hilft den Kleinen, schnell wieder durchatmen zu können.

### **Hauterkrankungen**

Von Milchschorf über Neurodermitis und Schuppenflechte bis hin zu einem wunden Po (Windeldermatitis) – Hautbeschwerden sind häufig bei Babies und Kleinkindern. In vielen Fällen kann die TCM eine deutliche Linderung oder sogar Heilung der Beschwerden erzielen.

### **Schlafstörungen und Bettnässen**

Wenn dein Kind dich häufig nicht schlafen lässt, weißt du, wie sehr dies an deinen Kräften zehrt. Klar, wenige Wochen junge Babys schlafen sehr selten durch – und das ist auch in Ordnung so. Aber: Je älter dein Kind wird, desto wichtiger ist ein guter Nachtschlaf für euch beide. Klappt dies nicht wie gewünscht, kann TCM dir dabei helfen, die dahinterliegenden Ursachen zu ergründen und an der Wurzel zu behandeln.

Auch chronisches Bettnässen kann mit TCM gut begleitet und unterstützt werden. Was grundsätzlich wichtig ist, gilt hier in besonderem Masse: Das Kind muss freiwillig zur Therapie gehen – ein Kind zwangsweise zur/m TherapeutIn zu bringen, ist eher kontraproduktiv.

### **Hyperaktivität**

Kommt dein Kind kaum zur Ruhe, ist dies für die ganze Familie eine Herausforderung. Die Unruhe eines Kindes muss auch nicht immer pathologisch sein, sondern gehört zur

normalen Entwicklung dazu! Hast du aber das Gefühl, dein Kind benötigt Unterstützung, um die Verbindung zu sich selbst zu stärken und besser «geerdet» zu sein, kann ein/e TCM-TherapeutIn dich und dein Kind häufig gut begleiten.

## **Methoden der Traditionellen Chinesischen Medizin TCM**

Der Traditionellen Chinesischen Medizin TCM sind fünf Säulen der Behandlung zugeordnet. Sie können in unterschiedlichem Masse zur Anwendung kommen und werden häufig auch kombiniert. Dazu gehören Akupunktur und bei Kindern oft Laser-Akupunktur, TuiNa-Massage, Phytotherapie (Kräuterheilkunde), Diätetik (Ernährungsberatung) und Qi-Gong (Bewegungs- und Atemübungen).

## **Gut ausgebildete Therapeuten**

Wenn du eine/n TCM-TherapeutIn suchst, wählst du am besten ein Mitglied eines Fachverbandes wie des TCM Fachverband Schweiz. So ist gewährleistet, dass er/sie eine kontrollierte Ausbildung und unabhängige Prüfungen sowie regelmässige Weiterbildung nachweist und sich an die ethischen Richtlinien des Verbandes hält. Detaillierte Informationen findest du [auf der Website www.tcm-therapeuten.ch](http://www.tcm-therapeuten.ch)



## **Beteiligt sich die Krankenkasse an den Kosten?**

Wenn du über eine Zusatzversicherung im Bereich Komplementärmedizin verfügst, werden Behandlungen von den Krankenkassen in der Regel vergütet. Es empfiehlt sich auf jeden Fall, vorgängig bei der Versicherung abzuklären, in welchem Umfang die Behandlungskosten übernommen werden.

*Der Inhalt von LetsFamily.ch ist urheberrechtlich geschützt. Die Informationen von LetsFamily.ch werden mit grösstmöglicher Sorgfalt gepflegt und aktualisiert, Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. Die Informationen auf LetsFamily.ch ersetzen keine Untersuchung oder Behandlung durch Ärzte oder medizinisches Fachpersonal.*