



# Gesund leben

 **südostschweiz**

SONDERBEILAGE  
27.10.2023

## DEM TUMOR AN DIE SUBSTANZ

Ein Chirurg erklärt, was bei  
Tumorentfernungen im Gesicht  
zu beachten ist.

## IST DER ARZT- TERMIN NÖTIG?

Apotheken können viel mehr, als  
nur Medikamente verkaufen.

seit  
15 Jahren



## Medizinisches Zentrum gleis d

Das Medizinische Zentrum gleis d ist ein modernes Ärztehaus und vereint die Kompetenz von rund 30 Ärztinnen und Ärzten der unterschiedlichsten Fachrichtungen. Die Gemeinschaftspraxis stellt einen wichtigen Pfeiler in der ärztlichen Versorgung in Chur und Umgebung dar.

Wir sind in der glücklichen Lage, dass wir unser Hausärzte-Team mit ausgewiesenen Fachpersonen erweitern durften. Zögern Sie nicht und machen Sie noch heute einen Termin für ein Kennenlerngespräch ab – bei uns stehen Sie im Zentrum!

### Unsere neuen Hausärztinnen und Hausärzte



**Dr. med. Christoph Eschenburg**  
Facharzt Allgemein Innere Medizin FMH



**Dr. med. Christiane Künzli**  
Fachärztin Allgemein Innere Medizin FMH



**Dr. med. Nubio Pfandler**  
Facharzt Allgemein Innere Medizin FMH



**Dipl. med. Christoph Theus**  
Facharzt Allgemein Innere Medizin FMH



Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite.

■ Medizinisches Zentrum  
gleis d

Gürtelstrasse 46, 7000 Chur | 081 287 70 70 | gleisd.ch

 **Medi Porta**  
Arzt und Apotheke gleis d

## Arthrose und Co. – TCM hilft!

Rheuma ist ein Sammelbegriff für über 200 verschiedene Erkrankungen. Eine der häufigsten Formen des Rheumas ist die Arthrose, bei der ein langsamer Abbau von Knorpelgewebe stattfindet. Weitere bekannte Erscheinungsformen sind Gicht, Psoriasis-Arthritis, Sehnen-scheidenentzündung, Morbus Bechterew, Schuppenflechten-Rheuma, sowie das Fibromyalgie-Syndrom, von dem besonders Frauen betroffen sind.

**Die Traditionelle Chinesische Medizin – kurz TCM –** hat bei rheumatischen Erkrankungen sehr gute Möglichkeiten der Behandlung. Das Hauptaugenmerk liegt dabei auf der Schmerztherapie und der Stärkung des Organismus.

Die TCM sieht jede Krankheit im ganzheitlichen Ansatz. Die TCM-Fachperson nimmt sich viel Zeit für ein erstes Gespräch, um dem Ursprung des Krankheitsgeschehens auf den Grund zu gehen.

Durch die TCM-Behandlung werden Energieblockaden gelöst, körpereigene Wirkstoffe aktiviert und Organfunktionen gestärkt.

Zu den Methoden der TCM gehören Akupunktur, Tuina-Massage, chinesische Arzneimitteltherapie, chinesische Ernährungslehre und Qi-Gong. Häufig wird eine Behandlung mit mehreren Methoden kombiniert.

Da rheumatische Erkrankungen meist mit stärkeren Schmerzen verbunden sind, findet hier die Akupunktur einen wirkungsvollen Einsatz. Punkte zur Dämpfung der Schmerzübertragung sitzen grundsätzlich an den Schaltstellen zwischen den Nervenfasern, den so genannten Synapsen. Während einer Akupunkturbehandlung werden im Rückenmark Endorphine ausgeschüttet, die dafür sorgen, dass die Schmerzweiterleitung unterdrückt wird. Gleichzeitig werden im Mittelhirn Serotonin und Noradrenalin freigesetzt. Auch sie bewirken eine Hemmung der Schmerzweiterleitung. Im Idealfall kann der Patient auf Schmerzmittel verzichten oder die Dosis reduzieren.

### Gut ausgebildete Therapeut:innen

Wer eine TCM-Fachperson sucht, wählt am besten ein Mitglied eines Fachverbandes wie des TCM Fachverband Schweiz.



So ist gewährleistet, dass er/sie eine kontrollierte Ausbildung vorweist und sich regelmässig weiterbildet.

### Zahlt die Krankenkasse?

Bei nichtärztlichen Therapeut:innen übernimmt eine Zusatzversicherung in Komplementärmedizin einen Teil der Behandlungskosten. Ärzte mit Fähigkeitsausweis in TCM können Behandlungen in einem begrenzten Umfang über die Grundversicherung abrechnen. Genaue Informationen dazu erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse.

Detaillierte Informationen finden Sie auf der Website [www.tcm-therapeuten.ch](http://www.tcm-therapeuten.ch)



**TCM**  
FACHVERBAND SCHWEIZ