

活力

---

## TCM in der Gynäkologie

Brigitte Weber  
tcm-gyni.ch

**OVA IVF**  
CLINIC ZÜRICH

Fortbildung für Medizinische Praxisassistentinnen  
Donnerstag, 19. Januar 2017

---

## Brigitte Weber



---

Ich habe die Ausbildung zur Pflegefachfrau HF absolviert und arbeitete in verschiedenen Zürcher Spitälern auf verschiedenen Abteilungen. Nach der Weiterbildung zur Anästhesieschwester stand ich fünf Jahre lang im Notfall-Operationssaal des Universitätsspitals Zürich. Dabei begannen mich alternative Heilmethoden je länger, je mehr zu faszinieren. Ich schloss die Ausbildung zur Fussreflexzonen-Therapeutin ab und eröffnete 1999 eine eigene Praxis.

Anschliessend begann ich die mehrjährige Ausbildung in Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) und schloss sie als dipl. Tuina Therapeutin SBO-TCM sowie als dipl. Akupunkteurin SBO-TCM ab. Die Ausbildung war mit 700 Praktikumsstunden verbunden, die ich in verschiedenen Praxen in der Schweiz, bei Dr. med. Daodang Zhai am Kantonsspital in Glarus sowie am Rotkreuzspital in Hangzhou (China) absolvierte.

Ich behandle in meiner Praxis ausschliesslich Frauen mit Menstruationsbeschwerden, Schwangerschaftsbeschwerden und Wechseljahresbeschwerden sowie Paare mit Kinderwunsch. Daneben bereite ich Schwangere auf eine schnelle und schmerzfreie Geburt vor. Ich arbeite mit verschiedenen Gynäkologinnen und Reproduktionsmedizinern zusammen und begleite meine Kundinnen wenn immer möglich persönlich zu Transfers.

Meine beiden Jungs sind schon (fast) erwachsen und mein Mann schreibt Geschichten für Kinder im Vorschulalter.

---

# Meine Dienstleistungen



---

Die Traditionelle Chinesische Medizin ist eine bewährte und sanfte Methode zur Behandlung von Menstruationsbeschwerden, Schwangerschaftsbeschwerden und Wechseljahrsbeschwerden. Daneben kann sie die Chancen von Frauen und Männern mit Kinderwunsch deutlich verbessern und die Aussichten auf eine sanfte Geburt deutlich erhöhen.

---

## Geburtsvorbereitung



---

Die Geburtsvorbereitung mit Akupunktur ab der 36. Schwangerschaftswoche stärkt Frauen für die Geburt. Sie entspannt die Beckenbodenmuskulatur und erhöht so die Chancen auf eine rasche und sanfte Geburt. Gleichzeitig sorgt sie für eine Reifung des Muttermundes und somit für eine kürzere Eröffnungsphase.

---

# Kinderwunschbehandlung Frauen und Männer



---

Jedes 7. Paar ist ungewollt kinderlos. Die Ursachen liegen erfahrungsgemäss je zu 1/3 bei der Frau, zu 1/3 beim Mann und nicht selten bei beiden gleichzeitig. Die Traditionelle Chinesische Medizin verhilft Frauen zu einem regelmässigen Zyklus und verbessert die Qualität, das Aussehen und die Mobilität von Spermien. Daneben steigert TCM erwiesenermassen die Erfolgsaussichten von IVF und Insemination.

---

# Menstruationsbeschwerden



---

Primäre Regelschmerzen werden durch körpereigene Botenstoffe ausgelöst. Sie sorgen dafür, dass sich die Muskulatur der Gebärmutter beim Abstossen der Gebärmutterschleimhaut zusammenzieht. Sekundäre Regelschmerzen werden durch gynäkologische Erkrankungen wie Endometriose, Myome und Zysten ausgelöst. Die Traditionelle Chinesische Medizin kann in beiden Fällen helfen – genauso wie bei der Behandlung von PMS (Prämenstruelles Syndrom).



---

## Schwangerschaftsbeschwerden



---

Jede Frau erlebt die Schwangerschaft anders. Bei einigen sind die körperlichen und seelischen Veränderungen gross. Andere haben überhaupt keine oder nur geringe Beschwerden. Übelkeit, Rückenschmerzen und Ödeme können mit Akupunktur und Tuina-Massage erfolgreich behandelt werden. Kinder, die verkehrt im Bauch liegen, drehen sich meistens nach einer Moxa-Behandlung. Und für die Geburtseinleitung hat sich Akupunktur ebenfalls 1'000fach bewährt.

---

# Wechseljahrsbeschwerden



---

Die Wechseljahre sind keine Krankheit, die plötzlich auftritt, sondern ein natürlicher Prozess, der bereits in jungen Jahren beginnt. Dieser Prozess wird häufig von Hitzewallungen, Schweissausbrüchen, Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit und Stimmungsschwankungen begleitet. Erfahrungsgemäss sind die Beschwerden nach rund 10 Akupunktur-Behandlungen verschwunden oder auf ein erträgliches Mass gesunken.



---

## Vortrag vom 19. Januar 2017



---

Das, meine Damen und Herren, ist Laura. Sie ist am 8. April 2014 zur Welt gekommen, wog 3150 Gramm und war 48 Zentimeter gross.

Sie kennen das sicher aus ihrer Praxis. Es ist doch immer wieder schön, wenn man eine neue Geburtsanzeige aufhängen kann.

Ich bin auf jeden Fall unglaublich stolz auf meine Sammlung mit all den süssen Babys.





---

Und nun erzähle ich Ihnen die Geschichte von Lauras Mutter.

Lauras Mutter ist eine kerngesunde, normalgewichtige 34 jährige Frau. Trotzdem meldete sie sich für eine TCM-Behandlung bei mir an. Denn Laras Mutter hatte ein Problem: Sie bekam ihre Tage nicht!

Und: Sie wollte unbedingt ein Kind!

Lauras Mutter hatte während vielen Jahren die Pille genommen.

In dieser Zeit setzte sie die Pille zweimal ab. Als Folge blieb ihre Menstruation jedesmal aus. Die Gynäkologin empfahl ihr deshalb, die Pille solange weiter zu nehmen, bis sie Kinder haben möchte.

Das war im März 2012 der Fall.

Lauras Mutter setzte die Pille ab. Und wieder bekam sie ihre Periode nicht!

Sie wartete Monat für Monat. Doch nichts geschah. Und so wurde sie von Woche zu Woche nervöser.

Moderne Frauen sind oft sehr zielstrebig und diszipliniert und planen ihr Leben und ihre Karriere minutiös. Bis zum 34. Altersjahr klappt alles wie am Schnürchen: Sie haben einen tollen Job, eine tolle Wohnung und die ganz glücklichen auch noch einen tollen Mann.

Alles, was zum perfekten Glück noch fehlt, ist ein Kind.

Gerade Frauen, die ihr Leben bis zu diesem Zeitpunkt komplett im Griff hatten, wissen plötzlich nicht mehr, was sie tun sollen. So erging es auch Lauras Mutter: Sie hatte innert weniger Wochen eine Lebenskrise. Etwas, das sie bis anhin nicht kannte. Und es war eine grosse Lebenskrise!

Sie war nur noch mit einem Gedanken beschäftigt: Ich möchte ein Kind!

Und was machen wir Frauen, wenn es nicht so läuft, wie wir es gerne hätten?

Wir hüpfen in das nächstbeste Hamsterrad und drehen uns bis zur Erschöpfung im Kreis!



---

Auch Laras Mutter.

Sie hatte neben der ausbleibenden Menstruation noch ein weiteres Problem: Sie hatte plötzlich ein unangenehmes Geräusch im Ohr!

Das Geräusch stammt von der biologischen Uhr. Und die kann verdammt laut ticken. Besonders in der Nacht.

An dieser Stelle muss ich noch erwähnen, dass Lauras Mutter Psychologin ist. Ob das in dieser Situation eher förderlich oder eher hinderlich war - ich weiss es nicht.

Auf jeden Fall ging Lauras Mutter nächtelang ihre gesamte Kindheit durch: Strenge Mutter? Abwesender Vater? Eifersüchtige Schwester? Doch so sehr sie auch forschte: Sie fand absolut keinen Grund, weshalb ihr Körper nicht so funktionierte, wie sie das von ihm verlangte.

Also vereinbarte sie einen neuen Termin bei ihrer Gynäkologin. Diese verschrieb ihr das Progestoron «Prodafem». Dank diesem Medikament bekam Lauras Mutter ihre Tage wieder. Allerdings war die erste Blutung sehr schwach. Darauf führte die Gynäkologin einen Hormonstatus durch. Die Resultate waren einwandfrei.

Nun drehte sich Lauras Mutter noch schneller in ihrem Hamsterrad: Wenn schon alles in Ordnung war: Weshalb bekam sie ihre Tage denn nur mit Unterstützung von Medikamenten? Als die Menstruation wieder nicht kam, verschrieb ihr die Gynäkologin das Estradiol- und Gestagen-Präparat «Cyclacur».

Lauras Mutter hoffte sehnlichst, in diesem Monat endlich schwanger zu werden. Doch es klappte wieder nicht!

Immerhin bekam sie diesmal eine anständige Periode. Doch Lauras Mutter war die Lust auf Hormone gründlich vergangen. Und so meldete sie sich bei mir für eine TCM-Behandlung an.

Nun kam eine weitere Schwierigkeit dazu: Die Gynäkologin gab ihr nämlich genau 3 Monate Zeit. Danach sollte sich Lauras Mutter wieder bei ihr melden um das weitere Vorgehen zu besprechen. Das erhöhte den Druck auf Lauras Mutter zusätzlich. Und natürlich auch auf mich.

Die Voraussetzungen für eine erfolgreiche TCM-Behandlung waren also alles andere als optimal.



---

Ich habe mit Lauras Mutter ein ausführliches Gespräch geführt. Und -wie in der Chinesischen Medizin üblich- eine Puls- und Zungendiagnose durchgeführt.

Ich fand schnell heraus, dass Lauras Mutter zu viel Feuchtigkeit und Kälte in ihrem Körper hatte.

Wir haben über ihre Ernährung gesprochen, und ich habe ihr empfohlen, mehr warme Gerichte und weniger Rohkost zu essen. Dazu sollte sie Milchprodukte, Weizen und Zucker meiden. Daneben habe ich ihr eine wärmende Teemischung mit Beifuss, Wacholder, Rosmarin und weiteren Kräutern empfohlen.

Lauras Mutter nahm sich meinen Rat zu Herzen und gönnte sich ab sofort zwei warme Mahlzeiten pro Tag. Zusätzlich liess sie sich 1 x pro Woche von mir behandeln, damit ihre Lebensenergie, das Chi, wieder ins Fließen kommen konnte.

Zusätzlich leitete ich die Feuchtigkeit aus und brachte die Wärme zurück in ihren Körper. Dazu behandelte ich Lauras Mutter mit Tuina-Massagen und Akupunktur. Daneben habe ich sie regelmässig geschöpft und gemoxt.





---

Schröpfen regt die Durchblutung sehr stark an. Dadurch wird die Feuchtigkeit wieder zurück in die Lymphe und in die Blutgefäße geleitet. Daneben werden beim Schröpfen Staus gelöst, und die Energie kann wieder frei fließen.

Dabei kann es schon mal vorkommen, dass die Kundin mit schönen blauen Flecken nach Hause geht.

Zum Schröpfen tauche ich einen Wattebausch in Alkohol, zünde ihn an und erzeuge damit im Schröpfglas ein Vakuum. Danach setzte ich das Glas auf die Haut.



Tuina ist eine traditionelle chinesische Massagetechnik und bedeutet übersetzt in etwa «Schieben und Greifen».

Eine Tuinamassage geht tief in die Muskulatur und kann nach dem ersten Mal sogar etwas Muskelkater verursachen. Tuina löst Blockaden und macht die Leitbahnen durchgängig.

---

Ich beginne Kinderwunschbehandlungen oft mit einer Tuina-Behandlung. Denn Frauen mit Kinderwunsch sind oftmals verspannter als Nicola Spirig nach einem Triathlon.

Die fünfzehnminütige Massage hilft ihnen loszulassen, anzukommen und sich für kommenden Behandlungsschritte zu öffnen.



Die wichtigste Behandlungsform in der chinesischen Medizin ist für mich Akupunktur.

Auf dem menschlichen Körper befinden sich 14 Meridiane. Sie werden im Chinesischen «Jing Mai» genannt.

Die männlichen Yang-Meridiane verlaufen von den Zehen zum Stamm und vom Stamm zu den Fingern. Die weiblichen Yin-Meridiane verlaufen von den Fingern zum Gesicht und vom Gesicht zu den Zehen.

Auf diesen Meridianen befinden sich rund 400 Akupunkturpunkte.





---

Sie können auf 4 Arten behandelt werden:

1. Mit Nadeln
2. Mit Moxa
3. Mit Schröpfen
4. Mit Akupressur

Neben den TCM-Behandlungen waren bei Lauras Mutter -wie bei vielen Frauen mit Kinderwunsch- auch die Gespräche und eine Veränderung des Mindsets notwendig.

Ich bin immer wieder erstaunt, wie viele Frauen sich bis zur totalen Erschöpfung für die Eltern, den Partner, die Firma und die Probleme ihrer Freundinnen abrackern, ohne dabei auch nur eine Minute an sich selbst zu denken.

Für mich ist nach mehr als 10 Jahren TCM-Gynäkologin klar: Wer «ja» zu einem Baby sagen will, muss zu ein paar anderen Dingen «nein» sagen.

Dazu gehören unter anderem Stress und Perfektionismus.



---

Das ist Mélanie.

Zu Beginn der Behandlung war sie 36 Jahre alt und litt unter PCOS, also einem Polyzystischem Ovarial-Syndrom. Sie bekam keine Mens und hatte keinen Eisprung. Da sie sich ein Kind wünschte, liess sie sich mit Clomiphen behandeln. Und sie hatte bereits eine IUI (Intra Uterine Insemination) hinter sich.

Im Internet las sie, dass TCM die Erfolgsaussichten von IVF und Insemination deutlich erhöht. Aus diesem Grund meldete sich sie bei mir an. Ich habe sie ein paar Mal behandelt und sie auf die nächste IUI vorbereitet. Doch je näher der Termin für die Insemination rückte, desto pessimistischer wurde sie.

Wir haben deshalb intensiv über die Wichtigkeit von positiven Gedanken gesprochen, und ich habe ihr gesagt: «Wenn du glaubst, dass es mit der Insemination nicht klappt, dann klappt es mit grosser Wahrscheinlichkeit auch nicht!»

Am Ende der Behandlung ging sie gestärkt und voller Zuversicht zu ihrem Termin. Und siehe da: Sie wurde in diesem Zyklus schwanger!

Affirmationen und positive Gedanken sind eine Herzensangelegenheit von mir.



---

Kennen Sie das?

Kaum klingelt am Morgen der Wecker, dreht sich das Gedankenkarussell schon auf vollen Touren:

- Ist mein Chef immer noch so schlecht gelaunt wie gestern?
- Hoffentlich ist meine Arbeitskollegin wieder gesund, sonst muss ich wieder bis 21.00 Uhr arbeiten!
- Bei diesen vielen Terminen komme ich heute sicher wieder nicht zum Mittagessen!



Und was ist die Folge? Man springt aus dem Bett, rennt unter die Dusche und lässt das Frühstück sausen. Und schon ist man bereits am frühen Morgen angespannt, gestresst und genervt.

Ist das ein idealer Tagesbeginn? Ich glaube nicht!

Deshalb lege ich allen ans Herz, den Morgen mit guten Gedanken zu beginnen.

Das können Sätze sein wie:

- Ich habe heute einen guten Tag!
- Ich bin entspannt!
- Ich bin glücklich!

Diese kleinen Sätze können wahre Wunder vollbringen: Man steht mit einem positiven Gefühl auf und freut sich auf den Tag!

---

Das, was wir denken, ist unsere Wahrheit, obwohl es vielleicht gar nicht der Wahrheit entspricht!

Vereinfacht gesagt: Wenn ich denke, ich gerate sowieso immer an die falschen Männer, ziehe ich diese auch an.

Denke ich hingegen:

- Ich bin gut, so wie ich bin.
- Ich bin attraktiv.
- Ich bin begehrenswert

habe ich eine ganz andere Ausstrahlung – und ziehe deshalb auch ganz andere Männer an.

Machen wir doch gemeinsam mit der Bestsellerautorin Vera F. Birkenbihl ein kleines Experiment.

*Schauen Sie sich  
die Sequenz von  
1:37:32 bis 1:39:31  
oder – noch besser – den  
ganzen Vortrag an.*



<https://youtu.be/LtPZ3gKAZs0>

Sehen Sie: So einfach tricksen Sie Ihr System aus!

Gehen Sie doch vor dem nach Hausegehen für 60 Sekunden auf die Toilette und machen Sie diesen da.

Und dann schauen sie mal, wie ihr Umfeld heute Abend reagiert!

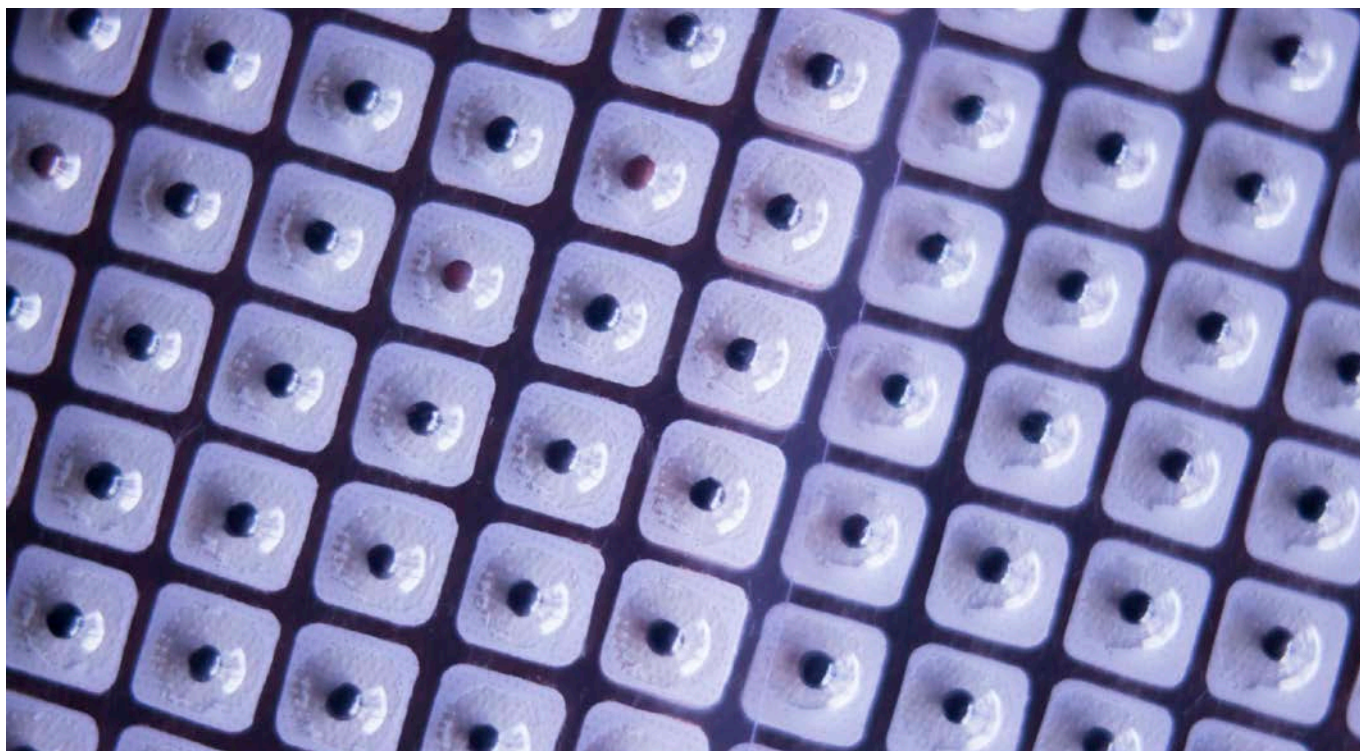
Auch Lauras Mutter bekam während der Zeit bei mir eine ganz andere Einstellung. Sie wurde immer ruhiger und gelassener und akzeptierte sich so, wie sie ist. Sie achtete viel mehr auf sich und auf ihre Bedürfnisse. Und sie lernte, auch einmal Nein zu sagen.

Nach 77 Tagen war es soweit: Sie bekam die erste Mens ohne Hormone!

Die zweite Periode kam dann bereits nach 38 Tagen. Und die dritte Mens kam gar nicht mehr. Denn Lauras Mutter war bereits schwanger! Sie war so aus dem Häuschen, dass sie das Foto mit dem positiven Schwangerschaftstest an mich statt an ihren Mann schickte.

Lauras Mutter kam dann allerdings schneller wieder in meine Praxis, als ihr lieb war. Sie litt nämlich unter starker Schwangerschaftsübelkeit. Und so behandelte ich sie erneut 1 x pro Woche.





---

Zusätzlich steckte ich ihr sogenannte Dauernadeln. Das sind Mini-Nadeln, die man während mehreren Tagen in der Haut lässt. Sie sehen auf den ersten Blick ein wenig wie Reissnägel aus; einfach viel kleiner. Sie geben einen kontinuierlichen Impuls gegen die Übelkeit.

Nach 4 Wochen war auch dieses Problem gelöst.

In der Zwischenzeit war Lauras Mutter so begeistert von der Traditionellen Chinesischen Medizin, dass sie ab und zu «grundlos» einen Termin buchte – einfach, um Zeit für sich zu haben und wieder ins Gleichgewicht zu kommen.

Ab der 36. Schwangerschaftswoche begannen wir dann mit der Geburtsvorbereitung. Akupunktur entspannt nämlich die Beckenbodenmuskulatur und erhöht so die Chancen auf eine raschere und sanftere Geburt. Gleichzeitig fördert sie die Reifung des Muttermundes und begünstigt somit eine kürzere Eröffnungsphase.

In dringenden Fällen kann mit Akupunktur auch auf sanfter Art und Weise eine Geburt eingeleitet werden. Es kann schon mal vorkommen vor, dass Frauen nach einer solchen Behandlung noch in der gleichen Nacht ins Spital fahren!



---

Bevor es bei Lauras Mutter soweit war, hatten wir allerdings ein weiteres Problem zu lösen: Laura wusste, dass sie sehnsüchtig von ihren Eltern erwartet wurde und drehte deshalb vor lauter Vorfreude ein paar Purzelbäume.



Das hätte sie besser nicht getan. Denn nun lag sie mit dem Becken nach unten in Mamas Bauch. Die Gynäkologin schlug Alarm und wollte das Kind mit Kaiserschnitt auf die Welt holen, wenn es sich bis 2 Wochen vor dem Geburtstermin nicht in die richtige Richtung dreht.

Dementsprechend machte sich Lauras Mutter erneut Sorgen und absolvierte prophylaktisch schon mal ein paar Runden in ihrem ausrangierten Hamsterrad. Ich bewahrte ruhig Blut und tat das, was ich in solchen Fällen immer tue: Ich zündete mir eine Zigarre an.





---

Meine Zigarren kommen allerdings nicht aus Kuba. Sondern aus China. Und statt Tabak enthalten sie Beifuss. Mit einer solchen Zigarre erwärme ich einen bestimmten Punkt am kleinen Zeh. Etwas, das auch der Partner zu Hause machen kann.

Viele Männer sind sogar froh, wenn sie nicht nur Gurkengläsern öffnen und notfallmässig Schokolade einkaufen müssen. Sie liegen ihren Frauen während 10 Tagen zu Füßen und erwärmen die beiden Punkte während 20 Minuten mit der Moxa-Zigarre.

Auch Lauras Vater packte die Arbeit gewissenhaft an, und beim nächsten Ultraschall stellte die Gynäkologin fest, dass Laura wieder mit dem Kopf voran in Mamas Bauch lag!



Nun konnte ich mich endgültig auf die Geburtsvorbereitung konzentrieren.

Nach vier weiteren TCM-Behandlungen war es soweit: Laura kam pünktlich zum vereinbarten Termin zur Welt. Die ganze Geburt dauerte lediglich ein paar Stunden.



---

Womit wir wieder am Anfang wären.

Das ist Laura. Sie kam am 8. April 2014 zur Welt, wog 3150 Gramm und war 48 Zentimeter gross ...

Und das ist noch nicht ganz alles:



Laura hat vor zwei Wochen einen kleinen Bruder bekommen – und das ganz ohne meine Hilfe! Denn nach der Geburt von Laura setzte die Menstruation von Lauras Mutter zuverlässig nach dem Abstillen wieder ein.

Sie haben es gesehen: TCM ist vom Kinderwunsch über die Behandlung von Schwangerschaftsbeschwerden bis zum Drehen des Babys und zur Geburtsvorbereitung einfach genial! ■