

Pressemitteilung

AGTCM-Website: Neues Themenspecial zu Schlafstörungen veröffentlicht

Informationen für Therapeut:innen und Patient:innen

Berlin, 04.05.2022 – Mehrmals im Jahr veröffentlicht die AGTCM eine Serie von Artikeln zu einem wichtigen Gesundheitsthema auf ihrer Website. Diese richten sich einerseits an TCM-Therapeut:innen und andererseits an Patient:innen, die sich für die Traditionelle Chinesische Medizin interessieren. Das fünfte Themenspecial wurde gerade veröffentlicht, es befasst sich mit Schlafstörungen, der Sichtweise der TCM und ihren Möglichkeiten, Schlafstörungen zu behandeln.

Schlafstörungen haben durch die Corona-Pandemie stark zugenommen. Während vorher etwa 25 Prozent der Erwachsenen an Schlafstörungen litten und mehr als 10 Prozent häufig oder dauerhaft nicht erholt aufwachen, berichten inzwischen 64 Prozent, dass sich ihr Schlafverhalten geändert hat. Über 50 Prozent haben Einschlafprobleme und wachen morgens wie gerädert auf. „Diese beunruhigenden Zahlen haben uns veranlasst, das Themenspecial zu Schlafstörungen zu erarbeiten“, berichtet Dr. Martina Bögel-Witt, 1. Vorsitzende der AGTCM. „So viele Menschen suchen nach Wegen, wieder besseren Schlaf zu finden. Da kann die Chinesische Medizin mit ihrer ganzheitlichen Betrachtungsweise und ihren sanften Methoden einen wichtigen Beitrag leisten.“



Von Philosophie bis Kräutermedizin

Fachartikel, die sich vorrangig an Therapeut:innen wenden, finden sich auf der Website unter der Rubrik "Aus- und Weiterbildung". Das Spektrum reicht von philosophischen Betrachtungen über grundlegende Informationen zum Thema Schlafstörungen aus der Sicht der TCM bis zur Therapie mit Westlichen Kräutern und der Wirkung bzw. Nebenwirkung der Benzodiazepine nach der TCM.

- [Schlaf und Schlaflosigkeit – eine philosophische Perspektive](#)
- [Schlafstörungen und ihre Ursachen aus Sicht der chinesischen Medizin](#)
- [Rezepturen, die den Geist \(Shen\) beruhigen – Westliche Kräuterrezepturen zur Behandlung von Schlafstörungen](#)
- [Wirkung der Benzodiazepine in der TCM](#)

In der Rubrik "Forschung & Wissenschaft" findet sich ein Artikel, in dem verschiedene Studien zur Wirksamkeit Chinesischer Arzneimittelrezepturen bei Schlafstörungen vorgestellt werden: [Wie gut helfen chinesische Arzneimittelrezepturen bei Schlafstörungen?](#)

Tipps und Informationen für Patient:innen

Zwei Artikel richten sich explizit an Patient:innen. Unter dem Titel „[Schäfchen zählen ohne Ende – wenn der Schlaf ausbleibt](#)“ wird die Sichtweise der Chinesischen Medizin auf Schlafstörungen dargestellt und aufgezeigt, wie die TCM hier helfen kann. Im Artikel „[Selbstbehandlung mit Tuina bei Schlafstörungen](#)“ erhalten Patient:innen Tipps zur Selbsthilfe wie Anleitungen zu Massagen, Rezepturen für Teemischungen und eine Rezeptur für ein schlafförderndes Massageöl.

Die AGTCM ist ein berufsübergreifender Fachverband für Chinesische Medizin, der sich für höchste Qualität in Lehre und Anwendung der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) einsetzt und dabei auch modernere Aspekte der Chinesischen Medizin mit berücksichtigt. Sie wurde 1954 gegründet und zählt heute etwa 1.700 Mitglieder, von denen die meisten als Heilpraktiker oder als Ärzte TCM praktizieren. Außerdem gehören u. a. spezialisierte Physiotherapeuten, Hebammen und Sinologen dem Fachverband an. Die AGTCM gehört zu den wichtigsten Verbänden für Chinesische Medizin in Deutschland und sichert mit ihren fünf Kooperationsschulen einen der höchsten Ausbildungsstandards für Akupunktur, chinesische Arzneimitteltherapie, Tuina, Diätetik und Qigong in Deutschland. Patienten unterstützt die AGTCM unter anderem bei der Suche nach passenden TCM-Therapeuten in ihrer Nähe und gibt ihnen Kriterien für die Qualität von TCM-Behandlungen an die Hand. Die AGTCM veranstaltet in jedem Jahr den internationalen TCM Kongress Rothenburg (o.d.T.), der inzwischen als größter und renommiertester TCM-Kongress der westlichen Welt etabliert ist. Die AGTCM ist Gründungsmitglied der European TCM Association (ETCMA), in der Organisationen aus 31 europäischen Ländern zusammenarbeiten.

Pressekontakt:

AGTCM

Juliane Papendorf

Telefon: +49 (0)176 - 10 30 51 87

E-Mail: papendorf@agtcm.de

Internet: www.agtcm.de