

Integrative Medizin verbindet das Beste aus zwei Welten

Interview mit Dr. med. Achim Kürten, Zentrum für Traditionelle Chinesische und Integrative Medizin (TCM24), Berlin



Herr Dr. Kürten, Sie haben vor 25 Jahren das TCM24 gegründet. Welche Ziele verfolgen Sie mit dieser Einrichtung?

Mein Ziel war und ist es, eine Medizin zu praktizieren, die den Menschen ganzheitlich betrachtet. Im Zentrum steht nicht nur die Behandlung einzelner Symptome, sondern das Verständnis der zugrunde liegenden Ursachen von Erkrankungen. Durch die Verbindung von moderner Schulmedizin mit den bewährten Methoden der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) möchte ich Patientinnen und Patienten eine individuell abgestimmte, nachhaltige und möglichst nebenwirkungsarme Therapie anbieten. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Förderung von Eigenverantwortung und Prävention.

Welche Methoden umfasst die TCM?

Die Traditionelle Chinesische Medizin besteht aus mehreren sich ergänzenden Therapieformen:

- Akupunktur
- Chinesische Arzneimitteltherapie (Kräutermedizin)
- Ernährungslehre nach den Prinzipien der TCM
- *Tuina* (chinesische Manualtherapie)
- *Qigong* und *Taiji* als Bewegungs- und Atemtherapien.

Alle Methoden basieren auf einer gemeinsamen Diagnostik und werden individuell kombiniert.

Wie definieren Sie „Integrative Medizin“?

Integrative Medizin verbindet das Beste aus zwei Welten: die wissenschaftlich fundierte westliche Schulmedizin und komplementäre Heilverfahren wie die

TCM. Entscheidend ist dabei nicht ein „Entweder-oder“, sondern ein sinnvolles „Sowohl-als-auch“. Die Auswahl der Therapie richtet sich nach dem individuellen Krankheitsbild, dem Stadium der Erkrankung und den Bedürfnissen des Patienten.

Auf Ihrer Homepage geben Sie eine Vielzahl behandelbarer Erkrankungen an. Gibt es Ausnahmen?

Ja, selbstverständlich. Die TCM ist kein Ersatz für Notfallmedizin oder akute lebensbedrohliche Zustände. Auch bei schweren strukturellen Schäden, fortgeschrittenen Tumorerkrankungen oder akuten Infektionen ist die Schulmedizin unverzichtbar. In vielen Fällen kann die TCM jedoch begleitend eingesetzt werden, um Heilungsprozesse zu unterstützen, Nebenwirkungen zu lindern und die Lebensqualität zu verbessern.

Über welche Medien können sich Interessierte über Ihre Diagnose- und Therapiemethoden informieren?

Interessierte können sich über meine Homepage, Fachartikel, Bücher, Vorträge sowie über digitale Medien wie YouTube, Online-Kurse und Social Media informieren. Mir ist es wichtig, medizinisches Wissen verständlich aufzubereiten und auch Menschen zu erreichen, die nicht direkt in die Praxis kommen können.

Wie gehen Sie bei der Behandlung allergischer Erkrankungen vor? Unterscheiden sich die Ansätze der TCM von denen der westlichen Schulmedizin?

Die westliche Medizin behandelt Allergien meist symptomatisch, zum Beispiel mit Antihistaminika oder Kortison. Die TCM hingegen fragt nach den inneren Ursachen der allergischen Reaktion. Häufig spielen Schwächen im Verdauungssystem, im Abwehr-*Qi* oder chronische Entzündungsprozesse eine Rolle. Ziel ist es, das Immunsystem zu regulieren und das innere Gleichgewicht wiederherzustellen, nicht nur die Symptome zu unterdrücken.

Was versteht man in der TCM unter einem Milz-Qi-Mangel?

Der **Milz-Qi-Mangel** beschreibt eine Schwäche des Verdauungs- und Umwandlungssystems. Typische Symptome sind Müdigkeit, Blähungen, weicher Stuhl, Konzentrationsschwierigkeiten

oder ein geschwächtes Immunsystem. In der TCM gilt die Milz als zentrale Quelle der Energiegewinnung – ist sie geschwächt, leidet der gesamte Organismus.

Welchen Stellenwert nehmen Akupunktur, Kräutermedizin und Ernährung in der Allergitherapie ein?

Alle drei Säulen sind zentral:

- Akupunktur reguliert das Immunsystem und lindert akute Beschwerden
- Chinesische Kräutermedizin wirkt tiefergehend auf die Ursachen der Allergie
- Ernährung stabilisiert langfristig das *Milz-Qi* und reduziert entzündliche Prozesse

Die Kombination ist meist deutlich wirksamer als eine einzelne Methode.

Kann der Mensch mittels Eigenbehandlung und Ernährung zur Selbstheilung beitragen?

Ja, unbedingt. Ernährung, Lebensstil, Stressmanagement und regelmäßige Selbstübungen haben einen großen Einfluss auf Gesundheit und Heilung. Die TCM versteht sich auch als Anleitung zur Selbstfürsorge. Patienten lernen, ihren Körper besser zu verstehen und aktiv zur Stabilisierung ihrer Gesundheit beizutragen.

Ist die Erstattung der Leistungen des TCM24 durch die gesetzlichen Krankenkassen gewährleistet?

Die Erstattung hängt von der jeweiligen Krankenkasse und dem individuellen Tarif ab. Einige gesetzliche Krankenkassen übernehmen bestimmte Leistungen wie Akupunktur anteilig, andere nicht. Private Krankenversicherungen und Zusatzversicherungen erstatten TCM-Leistungen häufig umfassender.

Allergikerinnen und Allergiker sind oft Experten ihrer Erkrankung. Stehen Sie in Kontakt mit Selbsthilfegruppen und geben deren Adressen weiter?

Ja, der Austausch mit Selbsthilfegruppen und Patientenorganisationen ist mir sehr wichtig. Betroffene profitieren vom Erfahrungsaustausch und von zusätzlichen Informationsangeboten. Gerne weise ich auf entsprechende Vereine, Netzwerke und seriöse Informationsquellen hin und unterstütze die Zusammenarbeit.

Herr Kürten, wir bedanken uns für das Interview.

Die Fragen stellte *Andreas Steneberg*.