

Nytt i
Året
Runt!

DET HÄR HJÄLPER MIG

Tungan avslöjar Oliveras sjukdomar

När Olivera räckte ut tungan förstod doktor Ma genast vad som var fel. Tack vare sin kunskap i traditionell kinesisk diagnostik kunde hon hjälpa Olivera.

AV EVA ÅSTRÖM FOTO: PER ARVIDSSON

■ ■ ■ För tre år sedan befann sig Olivera Johansson från Stockholm i en livskris, hon kallar det så. Hon hade stora problem; fysiska, psykiska och personliga.

Olivera var ensam om ansvaret för sina tre barn, hade disk-

bräck, skolios, värk i leder, sömnproblem, PMS-besvär och var dessutom rejält överviktig. Till allt detta kom en förlamande depression. Hon arbetade som florist, men värken tvingade henne att bli långtidssjukskriven.

I dag väger Olivera 30 kilo

mindre än då och de flesta av hennes symtom är borta eller har minskat betydligt.

– Det är ett MIRAKEL, säger hon.

För miraklet tackar hon i första hand den kinesiska diagnostiken utövad av doktor Ma Xuehong. Det är på hennes mottagning på Tulegatan i Stockholm vi träffas.

– Första mötet är viktigt, säger Olivera. Jag fick förtroende för doktorn direkt.

Doktor Ma kom till Sverige från Kina för att studera, och blev kvar. Hon hade redan läst traditionell kinesisk och väster-

ländsk medicin i Peking och för tio år sedan öppnade hon sin första mottagning i Sverige.

– I Kina används traditionell och västerländsk medicin parallellt. I storstäderna inriktar man sig mer på västerländsk medicin, och på landsorten dominerar den traditionella helt, berättar doktor Ma.

Alla som har varit på en vårdcentral vet hur en diagnos ställs på västerländskt sätt. Ofta krävs otaliga blodprov som analyseras, doktorn känner på patienten, lyssnar på hjärta och lungor, ibland krävs det röntgen och ultraljud.

Doktor Ma undersöker Olivera. Genom att titta på tungan kan hon utläsa mycket om hur Olivera mår.



ken, där också patientens andedräkt kan ge vägledning, är pulsen en viktig pusselbit.

Doktor Ma kan mäta tolv pulser, sex av dem tas med hårt tryck för att känna yin-meridianerna och de andra med lätt tryck på yang-meridianerna.

– En snabb puls beror ofta på feber eller dålig sömn. Pulsen kan ibland kännas spänd som en gitarrsträng, då kan man misstänka stress och högt blodtryck. Trötthet, lågt blodtryck och låg ämnesomsättning avspeglar sig i långsam puls, förklarar doktor Ma.

Precis som i västerländsk läkekonst räcker det inte med att ställa en diagnos, det krävs också behandling. Den traditionella kinesiska medicinen förordar akupunktur och örtmediciner.

MEDICINERNA GAV SNABB FÖRBÄTTRING

Olivera gick igenom en kur på tio behandlingar. Varje gång undersökte hennes tunga och puls och beroende på resultatet satte doktor Ma in nålar på de punkter som stimulerar de organ som fungerade dåligt. I Oliveras fall oftast njurar och lever. Hon fick också örtmediciner.

Medicinerna gav en snabb förbättring, akupunktorens verkan byggs upp långsamt.

– Min viktminskning kom av sig själv. Jag har inte medvetet bantat, möjligen äter jag mindre portioner numera, säger Olivera och avslöjar att hon under tiden träffat en man som hon blev kär i. Det kan ju ibland leda till att man går ner i vikt utan att anstränga sig...

När vi träffas är det främst blodbristen, som den bleka tungan visade, som Olivera behandlas mot. Doktor Ma sätter akupunktur nålar och för att förstärka den blodbildande effek-

ten sätter hon en trälåda med glödande kinesiska örter på Oliveras mage.

– Både kinesisk och västerländsk medicin har nackdelar och fördelar, menar doktor Ma. Den kinesiska kan behandla många tillstånd som den västerländska inte klarar av. Nackdelen är att det finns en risk att man missar riktigt allvarliga sjukdomar, som cancer. Därför uppmanar jag patienter som söker för allvarliga problem att gå till sin vanliga läkare först.

De patienter som använder vanliga läkemedel ska fortsätta göra det även om de får alternativ behandling. Speciellt viktigt är det om patienten har diabetes eller hjärt- och kärlsjukdomar.

– Kinesisk diagnostik fungerar bäst på mag- och tarmproblem, hormonrubbingar, allergier, värk och depression, säger doktor Ma. Neurologiska sjukdomar och cancer behandlar jag inte alls. Däremot tillfrisknar strokepatienter snabbare om de får akupunktur. □

Doktors kommentar:

– Som rehabiliteringsläkare utnyttjar jag gärna möjligheten att remittera till en akupunktör som arbetar med den ursprungliga akupunkturtekniken, säger Bertil Dahlgren, Året Runts doktor i komplementärmedicin.

Den traditionella kinesiska akupunktoren baserar sig på ett flera tusen år gammalt system. Bästa sättet är att utnyttja gammal kunskap som komplement till modern medicinsk vetenskap.

TUNGAN avslöjar om du är sjuk

Blek tunga = blodbrist

Röd tunga = irriterade slemhinnor i kroppen, dålig sömn, kan bero på att njurar och lever fungerar dåligt

Mörkröd, blodfylld tunga = dålig cirkulation

Gul beläggning = magkatarr, candida eller vanlig förkylning

Prickig tunga = mensvärk, kyla i kroppen

KINESISKA ÖRTMEDICINER

Rosor – ger energi, bra mot magkatarr
Ingefära – förkylning, magbesvär, ledvärk
Apelsinskal – hosta med slembildning
Angelika/pion – depression, klimakteriebesvär
Lychee – blodstärkande
Krysantemum – stärkande för ögon och lever, bra mot högt blodtryck, även mot förkylning

Kinesisk diagnostik

Den kinesiska diagnostiken ser människans yttre och inre som en enhet. Funktionsrubbingar, stress och obalans avspeglar sig i vårt yttre. För att inte funktionsrubbingarna till slut ska resultera i en sjukdom bör de behandlas tidigt. Patienten undersöks på fyra sätt:

1. Iaktta

Genom att se på människans yttre, hur hon rör sig, hållning med mera, får läkaren information om hennes konstitution. I denna undersökning ingår även tungan.

2. Lyssna

Rösten avslöjar mycket, liksom andedräkten.

3. Fråga

Patienten får berätta om sig själv, sina symtom och egna funderingar om hur de uppstått.

4. Känna

Muskler, hud, vissa punkter längs akupunkturmeridianerna och pulsen ger vägledning. Pulsdiagnostiken är den viktigaste delen.