

# Risikofaktor Stress – eine Herzensangelegenheit

Neue Stressstudie der iTCM-Klinik Illertal: Für einen ganzheitlichen Behandlungserfolg arbeiten Schulmedizin und TCM Hand in Hand

Illertissen (jm).

Immer am Limit, 120 Prozent statt „nur“ 100 Prozent geben – egal, ob im Alltag oder im Beruf: Die moderne Leistungs- und Turbogesellschaft steht unter Strom. Jeder Fünfte Deutsche leidet unter gesundheitlichen Folgen dieses Dauerstresses, so eine Erhebung der Techniker Krankenkasse. Nicht selten schlägt die ständige Überlastung aufs Herz. Genau hier setzt die iTCM-Klinik Illertal GmbH in Illertissen mit einem neuen Projekt an. Im Rahmen einer wissenschaftlichen Langzeitbeobachtung geht sie der Frage nach, ob sich mit Methoden der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), wie Qi Gong, Akupunktur oder Kräutertherapie chronischer Stress nachhaltig behandeln lässt und einer Dauerbelastung im Alltag vorgebeugt werden kann. Der Behandlungserfolg durch TCM-Anwendungen wird dabei kontinuierlich wissenschaftlich überprüft, zum Beispiel mittels moderner Herzratenvariabilitäts-Analyse aus der Schulmedizin. Das Einzigartige der Studie: Für eine erfolgreiche und ganzheitliche Behandlung arbeiten Schulmedizin, Traditionelle Chinesische Medizin und psychotherapeutische Betreuung Hand in Hand. Durchgeführt wird die Studie „Stress als kardiovaskulärer Risikofaktor – Behandlungsmöglichkeiten mit Traditioneller Chinesischer Medizin“ in enger Kooperation mit dem Universitätsklinikum Erlangen, dem Klinikum Bayreuth und dem StressZentrum Trier, dessen Leiter zu den international führenden Wissenschaftlern der Stressforschung zählt.

„Mit den Begriffen ‚Burn-Out‘ und ‚Stress‘ wird heutzutage schnell um sich geworfen, wenn der Alltag als belastend empfunden wird. Dabei ist Stress an und für sich nichts Negatives, sondern sogar ein

iTCM-Klinik Illertal GmbH  
Krankenhausstraße 7  
D-89257 Illertissen

T. +49(0)7303.952926.0  
F. +49(0)7303.952926.90  
[www.itcm-illertal.de](http://www.itcm-illertal.de)  
[info@itcm-illertal.de](mailto:info@itcm-illertal.de)

Geschäftsführerin  
Sigrid Losert  
Ärztlicher Direktor  
CA Dr. med. Wolfgang Pflederer  
Ärztlicher Leiter  
Dr. med. Wu, Naixin

Registergericht Memmingen  
HRB.-Nr. 11968  
Gerichtsstand Memmingen

lebenswichtiger Vorgang im Körper. Gefährlich wird Stress erst dann, wenn er chronisch wird, sprich die Erholungsphasen fehlen. Dann gerät der Körper ins Ungleichgewicht. Stress ist dabei etwas sehr Individuelles, denn jeder Mensch hat seine eigene individuelle Widerstandskraft, ist also unterschiedlich stark belastbar“, erklärt Chefarzt Dr. med. Wolfgang Pflederer, Ärztlicher Direktor der iTCM-Klinik Illertal GmbH. Der Internist und Kardiologe führt die wissenschaftliche Langzeitbeobachtung „Stress als kardiovaskulärer Risikofaktor – Behandlungsmöglichkeiten mit Traditioneller Chinesischer Medizin“ an der iTCM-Klinik Illertal durch.

Die Studie „Stress als kardiovaskulärer Risikofaktor – Behandlungsmöglichkeiten mit Traditioneller Chinesischer Medizin“ der iTCM-Klinik Illertal setzt auf ein ganzheitliches und integratives Konzept. Sowohl bei der Diagnose als auch bei der Therapie arbeiten Schulmedizin, Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und psychotherapeutische Betreuung eng zusammen. „Wir nehmen den ganzen Menschen in den Blick – individuell und universell. Und zwar auf Basis einer wissenschaftlich fundierten Diagnostik“, betont Sigrid Losert, Geschäftsführerin der iTCM-Klinik Illertal.

Um zu erkennen, ob Körper oder Psyche medizinisch gesehen gestresst sind, führen die Ärzte der iTCM-Klinik Illertal eine ausführliche Situationsanalyse des Patienten durch. In einer Eingangsuntersuchung wird anhand wissenschaftlicher Fragebögen das persönliche Stresslevel des Patienten ermittelt. Dabei wird sowohl auf körperliche Beschwerden, als auch auf Themen wie Bewegung, Ernährung, Psyche, Resilienz (psychische Widerstandskraft) und Stress eingegangen. Zusätzlich erfolgt eine medizinische Analyse.

Neben herkömmlichen Diagnosemethoden wird in der iTCM-Klinik Illertal auch die Puls- und Zungendiagnostik der TCM sowie eine so genannte Herzratenvariabilitäts-Analyse der modernen Schulmedizin eingesetzt. Die Herzratenvariabilität (HRV) gibt Aufschluss über den Stresszustand des Körpers. Je variantenreicher der Herzschlag, desto entspannter ist der Organismus. Die Analyse der Herzratenvariabilität wird als

iTCM-Klinik Illertal GmbH  
Krankenhausstraße 7  
D-89257 Illertissen

T. +49(0)7303.952926.0  
F. +49(0)7303.952926.90  
[www.itcm-illertal.de](http://www.itcm-illertal.de)  
[info@itcm-illertal.de](mailto:info@itcm-illertal.de)

Geschäftsführerin  
Sigrid Losert  
Ärztlicher Direktor  
CA Dr. med. Wolfgang Pflederer  
Ärztlicher Leiter  
Dr. med. Wu, Naixin

Registergericht Memmingen  
HRB.-Nr. 11968  
Gerichtsstand Memmingen

zehnminütige Analyse und als 24-Stunden-Messung durchgeführt. Letztere gibt Einblicke über Stress-Einflüsse im Alltag des Patienten. Hierzu besteht eine wissenschaftliche Zusammenarbeit mit Prof. Max Moser, Universität Graz.

Er ist ausgewiesener Experte der Chronobiologie/24-Stunden-Herzratenvarianzanalyse. Mit Hilfe von Blutanalysen wird überprüft, ob sich infolge von Stress Entzündungsprozesse im Körper anbahnen. Eine besondere Bedeutung kommt der Bestimmung des Früh-Morgen-Cortisols im Speichel zu. Dadurch kann geklärt werden, ob morgens zu viel des chronischen Stresshormons „Cortisol“ produziert wird.

Wird der Patient als „Stress-Patient“ eingestuft, wird ein individuelles und ganzheitliches Behandlungskonzept für den Patienten erarbeitet. „Stress äußert sich in ganz individuellen Beschwerden: von Migräne über Tinnitus bis hin einem erhöhten Blutdruck oder eben Herz-Kreislaufkrankungen. Deshalb muss die Therapie ebenso individuell erfolgen“, so Chefarzt Dr. med. Pflederer. Mithilfe von Behandlungsmethoden der TCM, wie Akupunktur, Kräutertherapie oder Qi Gong, wird der gestresste Körper wieder ins Gleichgewicht gebracht. „Auch die TCM muss hier wissenschaftlich überprüfbare Nachweise über den Behandlungserfolg bringen. So prüfen wir beispielsweise mit der Herzratenvariabilitäts-Analyse auch, ob die Akupunktursitzungen und Qi-Gong-Anwendungen beim Patienten erfolgreich waren“, erklärt der Ärztliche Direktor der iTCM-Klinik Illertal weiter.

Die in der iTCM-Klinik Illertal praktizierenden Ärzte sind an der TCM-Hochschule Nanjing, eine der ältesten TCM-Hochschulen Chinas, als Professoren, Chef- und Oberärzte tätig. Sie verfügen damit über langjährige Erfahrung und höchstmögliche Qualifikation in der Behandlung mit Traditioneller Chinesischer Medizin.

Das hohe medizinische und wissenschaftliche Niveau der Studie „Stress als kardiovaskulärer Risikofaktor – Behandlungsmöglichkeiten mit Traditioneller Chinesischer Medizin“ wird auch durch die enge Zusammenarbeit und den ständigen Austausch mit den

iTCM-Klinik Illertal GmbH  
Krankenhausstraße 7  
D-89257 Illertissen

T. +49(0)7303.952926.0  
F. +49(0)7303.952926.90  
[www.itcm-illertal.de](http://www.itcm-illertal.de)  
[info@itcm-illertal.de](mailto:info@itcm-illertal.de)

Geschäftsführerin  
Sigrid Losert

Ärztlicher Direktor  
CA Dr. med. Wolfgang Pflederer

Ärztlicher Leiter  
Dr. med. Wu, Naixin

Registergericht Memmingen  
HRB.-Nr. 11968  
Gerichtsstand Memmingen

Kooperationspartnern gesichert. Prof. Dr. med. Stephan Achenbach, Direktor der Medizinischen Klinik 2 der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen überwacht die wissenschaftliche Langzeitbeobachtung der iTCM-Klinik Illertal.

Im kontinuierlichen wissenschaftlichen Austausch steht die iTCM-Klinik Illertal auch mit dem StressZentrum Trier, das die Cortisol-Bestimmung im Speichel durchführt, ebenfalls ein Indiz für eine chronische Stressbelastung im Körper. Prof. Dr. Dirk Hellhammer, Leiter des StressZentrum Trier, gilt als einer der international führenden Wissenschaftler auf dem Gebiet der Stressforschung.

Dritter Kooperationspartner der Stress-Studie ist das Klinikum Bayreuth mit Privatdozent Dr. med. Christian Stumpf, Chefarzt der Kardiologischen Abteilung und früherer Geschäftsführender Oberarzt der Medizinischen Klinik 2 der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen. Zusammen mit Dr. med. Pflederer von der iTCM-Klinik Illertal hat er die wissenschaftliche Langzeitbeobachtung „Stress als kardiovaskulärer Risikofaktor – Behandlungsmöglichkeiten der Traditionellen Chinesischen Medizin“ konzipiert und entwickelt.

### **Das ganzheitliche Behandlungskonzept**

Das ganzheitliche Behandlungskonzept der iTCM-Klinik Illertal setzt eine präzise Erstanamnese und Untersuchung mit Sichtung bisheriger Diagnostik und Therapie voraus, dies erfolgt in Illertissen durch Chefarzt Dr. med. Wolfgang Pflederer als Ärztlichem Direktor und Dr. med. Wu, Naixin als Ärztlichem Leiter der iTCM-Klinik. Mit einem klaren diagnostischen Bild über ihren Gesundheitszustand werden die Patienten anschließend den chinesischen Ärzten vorgestellt, die dann die Therapie nach den Regeln der chinesischen Erfahrungsmedizin vorschlagen. Die Therapien in der iTCM-Klinik Illertal umfassen alle Segmente der Traditionellen Chinesischen Medizin: Akupunktur, Kräutertherapie, Qigong, Schröpfen und Tuina-Massage. „Von besonderer Bedeutung für die Therapie ist die Tatsache, dass wir bei Bedarf unseren Psychiater und

iTCM-Klinik Illertal GmbH  
Krankenhausstraße 7  
D-89257 Illertissen

T. +49(0)7303.952926.0  
F. +49(0)7303.952926.90  
[www.itcm-illertal.de](http://www.itcm-illertal.de)  
[info@itcm-illertal.de](mailto:info@itcm-illertal.de)

Geschäftsführerin  
Sigrid Losert  
Ärztlicher Direktor  
CA Dr. med. Wolfgang Pflederer  
Ärztlicher Leiter  
Dr. med. Wu, Naixin

Registergericht Memmingen  
HRB.-Nr. 11968  
Gerichtsstand Memmingen

Psychotherapeuten Hermann Leinfelder in die ganzheitliche Behandlung miteinbinden“, so Chefarzt Dr. med. Pflederer.

Das Konzept der iTCM-Klinik Illertal ist deutschlandweit einmalig. Nur hier arbeiten deutsche Fachärzte eng mit chinesischen TCM-Professoren der Hochschule Nanjing in China zusammen, um dem ganzheitlichen Ansatz gerecht zu werden. Das bestätigt auch die Weltgesundheitsorganisation (WHO). Die Klinik für integrative Traditionelle Chinesische Medizin steht zudem im regelmäßigen wissenschaftlichen Erfahrungsaustausch mit der Universität Erlangen. Wissenschaftliche Studien, die in Zusammenarbeit mit der Uni Erlangen und der TCM-Hochschule Nanjing durchgeführt werden, dienen der fundierten Überprüfung der angewandten TCM-Behandlungen.

### Über die iTCM-Klinik Illertal

Die iTCM-Klinik Illertal GmbH ist eine Akutklinik nach §30GewO mit Ambulanz und stationärem Bereich. In ihr arbeiten die jahrtausendalte Erfahrungsmedizin Chinas und die westliche, naturwissenschaftlich geprägte Schulmedizin interdisziplinär unter einem Dach zusammen. Bereits 1999 wurde, damals noch unter dem Namen TCM-Klinik Ottobeuren, das integrative Konzept von Schulmedizin und Traditioneller Chinesischer Medizin entwickelt. Seit dem Standortwechsel 2010 führt die Klinik den Namen iTCM-Klinik Illertal und setzt mit dem „i“ ein deutliches Zeichen für die integrative, ganzheitlich-medizinische Betrachtung des Menschen. Der ganzheitliche Ansatz ist in der iTCM-Klinik Illertal durch die enge Zusammenarbeit mit der TCM-Hochschule Nanjing in China, der wissenschaftliche Begleitung der Universität Erlangen und der internen kritischen Selbstkontrolle fortlaufend gewährleistet und gesichert.

Die iTCM-Klinik Illertal beschäftigt derzeit insgesamt 17 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, darunter zwei deutsche und zwei chinesische Fachärzte sowie als Konsiliararzt einen Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie.

iTCM-Klinik Illertal GmbH  
Krankenhausstraße 7  
D-89257 Illertissen

T. +49(0)7303.952926.0  
F. +49(0)7303.952926.90  
[www.itcm-illertal.de](http://www.itcm-illertal.de)  
[info@itcm-illertal.de](mailto:info@itcm-illertal.de)

Geschäftsführerin  
Sigrid Losert  
Ärztlicher Direktor  
CA Dr. med. Wolfgang Pflederer  
Ärztlicher Leiter  
Dr. med. Wu, Naixin

Registergericht Memmingen  
HRB.-Nr. 11968  
Gerichtsstand Memmingen

**Ansprechpartner für die Presse:**

Sigrid Losert, Geschäftsführerin

**Klinik für integrative Traditionelle Chinesische Medizin Illertal GmbH  
(iTCM-Klinik Illertal)**

Krankenhausstraße 7

89257 Illertissen

Tel. +49(0)7303 952926-0

Fax +49(0)7303 952926-90

E-Mail: [info@itcm-illertal.de](mailto:info@itcm-illertal.de)

[www.itcm-illertal.de](http://www.itcm-illertal.de)

Ingo Jensen

Jensen media GmbH

Hemmerlestraße 4

87700 Memmingen

Tel. +49(0)8331 99188-0

Fax +49(0)8331 99188-80

E-Mail: [info@jensen-media.de](mailto:info@jensen-media.de)

iTCM-Klinik Illertal GmbH  
Krankenhausstraße 7  
D-89257 Illertissen

T. +49(0)7303.952926.0  
F. +49(0)7303.952926.90  
[www.itcm-illertal.de](http://www.itcm-illertal.de)  
[info@itcm-illertal.de](mailto:info@itcm-illertal.de)

Geschäftsführerin  
Sigrid Losert  
Ärztlicher Direktor  
CA Dr. med. Wolfgang Pflederer  
Ärztlicher Leiter  
Dr. med. Wu, Naixin

Registergericht Memmingen  
HRB.-Nr. 11968  
Gerichtsstand Memmingen