

Pulsdiagnose

Mài zhěn

脉诊



"UDEN PULS FAMLER DIN DIAGNOSE I BLINDE,

BEHANDLING BLIVER SOM SKUD FRA EN BLIND.

PULSDIAGNOSE ER FORSKEL PÅ AT GÆTTE OG AT VIDE."

Pulsdiagnose¹ anses – sammen med Tungediagnose – som den mest centrale diagnoseform indenfor ”De 4 Søjler” (At Føle, Se, Lytte / Smage / Lugte & Spørge).

Man kan stille Puls – og Tungediagnose over for hinanden på følgende måde:

PULS	TUNGE
Let påvirkelig	Længere tid at påvirke
Her og nu	Langsigtet påvirkning (Belægning og væde ændrer sig hurtigt)
Sværere at lære (?)	Lettere at lære

Pulsdiagnose kan, i højere grad end de øvrige diagnosemetoder, stå alene, når man vil tage bestik af patientens mulige ubalancer. I praksis vil man altid inddrage et bredt spektrum af diagnosemetoder for at vurdere patientens tilstand.

Pulsdiagnose er en – næsten – ubrudt tradition. Uddannelsesniveaueet indenfor Kinesisk Medicin er forbedret betydeligt i verden generelt efter den store nedtur for Kinesisk Medicin fra ca. 1850’erne til 1950’erne.

De første generationer af vestlige akupunktører har ikke haft nævneværdig træning med rutinerede pulsdiagnostikere. – Dette er under hastig forandring, idet flere og flere får en grundig Akupunkturuddannelse, hvor underviserne har længerevarende klinisk erfaring – også med pulsdiagnose.

Dette gør at Pulsdiagnosens renommé styrkes – fra at se pulsdiagnose som svært tilgængeligt, mystisk og forvirrende – til at se enkelheden, klarheden og de enorme potentialer, der ligger i denne diagnoseform, efterhånden som man gradvist får klinisk erfaring.

Som vi skal se, er Pulsdiagnose let!!!

De grundlæggende principper er enkle – og hvis du blot kan mærke, hvor pulsen befinder sig på en skala fra:

Overfladisk	- til -	Dyb
Hurtig	- til -	Langsom
Kraftig	- til -	Svag

- så kan du diagnosticere ret præcist indenfor ”De 8 Principper” – som er helt grundlæggende og essentielt for at give præcis behandling.

Dette kan læres på én time – og ja, med øvelse og gentagelse, så får Pulsdiagnosen blot flere og flere nuancer gennem resten af dit liv.

Pulsdiagnosen kommer fra en lang tradition, hvor observationer af patologiske forandringer i den menneskelige krop sammenholdt med ændringer i pulsen, gradvist har udviklet diagnoseformen.

Det kinesiske navn for puls er ”Mai” (脈)

Oprindeligt blev pulsen mærket 9 forskellige steder på kroppen:

De 9 pulssteder			
3 på hovedet/halsen	Himmel	Øvre Jiao	Shen
3 på Hænder/armen	Menneske	Midterste Jiao	Qi
3 på Fødder/benene	jord	Nederste Jiao	Jing

At palpere pulsen på den radiale arterie, er første gang omtalt i "Nan Jing" (*Classic of difficulties ca. 100 e.kr*)

HVAD ER DET VI MÆRKER?

Qi bevæger sig i overfladen af meridianerne og giver bevægelse.

Blod løber inde i meridianerne og giver dem fylde.

Blodkar indgår i begrebet meridianer, og man kan derfor sige at:

- Qi bevæger sig på arteriens overflade og **bevæger** Blod inde i arterien.
- Qi **holder** Blodet inde i arterien. (og **kontrollerer** dermed tonus i arterievæg)
- Xue (Blod) fylder arterien ud og giver pulsslaget **fyldt**.

Selve bølgeslaget (**bevægelsen**) af pulsen er dermed et udtryk for Qi (Yang)

Fylden i pulsen er et udtryk for Blod (Yin)

Xue er skabt af Yuan Qi & Gu Qi i Hjertet, og bliver bevæget af Zong Qi (Brystets Qi, Lunge og Hjerter Qi).

Derved kan vi mærke ændringer og ubalancer i:

- Mave & Milt (Gu Qi)
- Nyre (Yuan Qi)
- Lunge (Zong Qi)
- Lever (Qi flow)
- Hjerter (Zong Qi)

NORMAL PULS²:

En "normal" puls vil udmærke sig ved at:

- You Shen ("have Shen"): Pulsen har regelmæssig "udstråling", vital glæde. **Shen**
- You Wei ("have Mave"): Pulsen har "krop", blød, fyldig, rolig, let glat kvalitet **Qi**
(Efterhimmelsk Qi = Qi & Blod)
- You Gen ("have Rod"): Pulsens dybe niveau skal kunne føles tydeligt og **Jing**
Chi position skal føles tydeligt.
Det indikerer en stærk Nyre Qi (Jing)

En normal puls udmærker sig ved at have en harmonisk bølgebevægelse i hvert pulsslæg. Man taler om at pulsen skal have "Hoved, Krop og Hale"^a.

Pulsdiagnose er at identificere afvigelser fra den enkelte patients "normalpuls", - og at tolke disse afvigelser for at kunne diagnosticere hvilke ubalancer, der måtte være i spil.

(Dette foregår typisk i samspil med andre diagnoseformer inden for de 4 søjler: Føle, Se, Høre, Lytte.)

^a Én traditionel beskrivelse af dette er, at sammenligne pulsslægget med en drage, hvis hoved, krop og hale passerer under ens fingre.

FAKTORER DER PÅVIRKER NORMAL PULS

Forår: Pulsen tenderer til at være mere strenget.
Sommer: Pulsen tenderer til at være mere overfladisk.
Efterår: Pulsen tenderer til at være mere blød.
Vinter: Pulsen tenderer til at være dybere.

- **Træthed** / nattearbejde giver svag puls.
- Når man **lige har spist** vil pulsen ofte ændre sig, alt afhængig af personens ubalancemønster. (F.eks. glat, svag eller kraftig).
- **Mænd** (Yang): har generelt en kraftigere puls end kvinder, og den venstre side (Yang) og Cun (Yang) er ofte kraftigst.
- **Kvinder** (Yin): generelt en svagere puls end mænd. Højre side (Yin) og Chi (Yin) er ofte kraftigst.
- **Gravide** får oftest en glat og fyldig puls.
- Personer der har **fysisk arbejde** har ofte en kraftigere puls og inaktivitet giver en svagere puls.
- **Sportsfolk** har generelt en langsom puls.
- Personer der er **overvægtige** har ofte en dyb puls. Blodkarrene ligger længere inde.
- Hos **tynde** patienter føles pulsen ofte overfladisk, da der er mindre "kød" mellem finger og puls.
- **Medicinering** kan forstyrre pulsbilledet, men samtidig vil pulsen også vise de ubalancer der opstår pga. virkning og bivirkninger af medicinen.

METODE

Tidspunkt:

Det bedste tidspunkt til pulsdiasnose er om morgenen, hvor Yin er stabil, Yang er vågnet, men endnu ikke dominerer. Da det ikke er muligt i en praksis at behandle alle om morgenen, gælder det om at få patienten til at slappe af så. Bed dem om at komme i god tid, så de ikke har løbet for at nå frem.

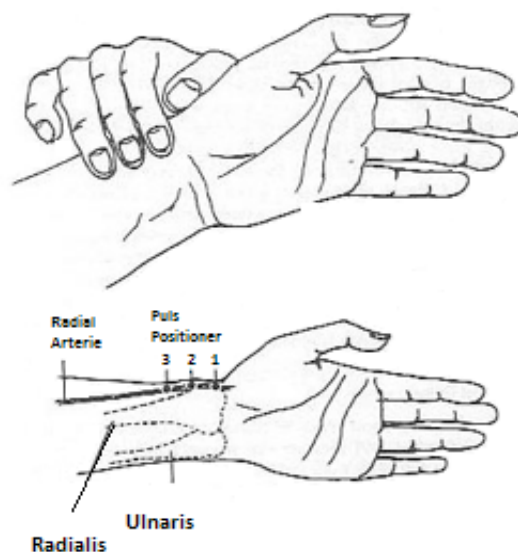
Kroppen skal helst være i ro 5 min. inden pulstagning (også emotionelt).

Placering af arm:

Patientens arm placeres så hånden befinder sig under hjertet, kommer hånden over hjerte højde, kan blodgennemstrømningen være mangelfuld.

Undgå at holde patienten i hånden med den frie hånd.

PULSPOSITIONER:



Cun	inch	tomme	Øvre Jiao	Pegefingre på Lu 9
Guan	Bar	led/låge	Midterste Jiao	Langetingre ud for Pro.Styleodeus
Chi	cubit	fod	Nedre Jiao	Ringfinger proximalt f. Guan

3

- **Tag patientens venstre hånds puls med højre hånd**
- **Tag patientens højre hånds puls med venstre hånd**

Arranger fingre: Spred / saml fingre for at placere dem på de rigtige positioner. Afstanden mellem positionerne varierer alt efter patientens fysiognomi. På små børn kan man ofte kun mærke puls med én finger.

Reguler fingre: Reguler fingrenes tryk, så det er jævnt hen over de 3 positioner. (Der skal normalt kompenseres i forhold til Guan positionen, hvor pulsen naturligt er løftet højere mod hudens overflade).

5 Bevægelser:

Løfte – Presse – Søge – Skubbe (op og ned langs arterie) – Rulle (rundt om arterie)

Behandler:

Det er vigtigt at vi selv er, centrerede, i ro og vi balancerer vores krop, når vi tager puls. Når vi ikke balancerer vores kropsholdning, eller hvis vi er fokuserede, opstår der "støj" i systemet; vi vil påvirke patientens puls og derved få et mindre klart signal.

Tilstræb et frit og dybt åndedrættet, da det er vigtigt, at vi selv har så frit et Qi flow og så stor kropslig rummelighed som muligt. ⁴

Det er vigtigt at benytte samme metode hver gang. Det gør det nemmere at kompensere for fysiske afvigelser og giver en god rutine, der fører til hurtigere indlæring.

INDIVIDUELLE PULSPPOSITIONER

I FORHOLD TIL ORGANER & MERIDIANER

Der har gennem tiden været flere forskellige modeller for hvilke organer/meridianer, der afspejles i de enkelte positioner.

I dag er der stort set enighed om hvilke organer og meridianer, der bliver afspejlet i pulspositionerne:

Venstre			Højre		
	Yang	Yin	Yin	Yang	
	Overfladisk	Dyb	Dyb	Overfladisk	
Cun	Tyndtarm	Hjerte	Lunge	Tyktarm	Cun
Guan	Galdeblære	Lever	Milt	Mave	Guan
Chi	Blære	Nyre (Yin)	Pericardium	SanJiao	Chi
			eller Ming Men/Nyre Yang		

Højre Chi position (der burde beskrive Nedre Jiao) er stedet, hvor der hersker uenighed - eller et paradoks, - da nogle retninger inden for akupunktoren placerer Pericardium / San Jiao hér, mens andre fortolker positionen til at beskrive Nyre Yang.

Nyre Yang hører til i den Nedre Jiao, mens Pericardium hører til i den Øvre Jiao^c.

Nutidens akupunktører vælger ofte at rumme modsætningerne i en helhed.

(En Daoistisk tilgang til at forstå helheder gennem paradokser af modsætninger)

Ild og Vand kommunikerer med hinanden på flere måder:

- Nyre Yang (Mingmen / Yuan Qi) forplanter sig til Pericardium i form af "Tjenende Ild" (Ministrial Fire)
- Ildfasen sender Yang til den Nedre Jiao (Bl.a. gennem meridianforbindelsen: Bao Mai)
- San Jiao som organ har til opgave at kommunikere – bl.a. Yuan Qi – fra Nyrene op gennem de 3 Jiao til Hjertet. (Ofte ses Ming Men og Yuan Qi brugt næsten som synonymmer)

Derved kan højre Chi position beskrive kommunikation af Yang mellem Nedre – og Øvre Jiao.

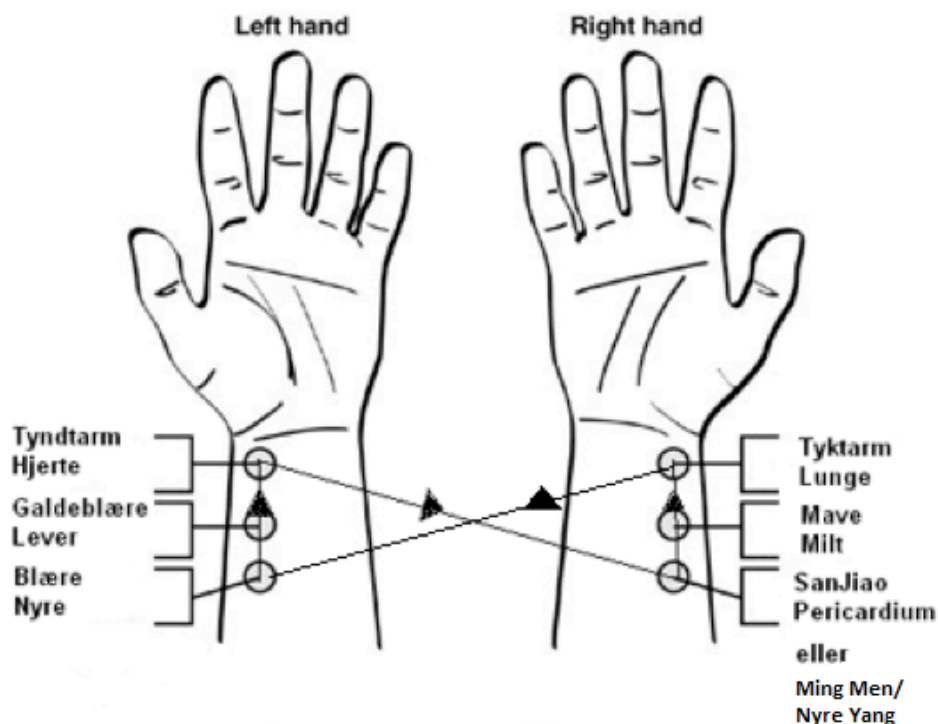
Det er muligt at rumme paradokset - og mange akupunktører ser højre Chi position afspejle:

- Nyre & Blære som **Zang Fu organer**, når der er tale om **Indre ubalancer**.
- San Jiao og Pericardium **meridianer**, når der er tale om **ubalancer i Ydre Meridian forløb**.

(De akupunktører, der typisk har fokus på 5 fase behandling også er de, der oftest anser positionen afspejle San Jiao og Pericardium. Disse behandlere er normalt fokuserede på at balancere Qi i meridianerne for at genoprette en ubalance.

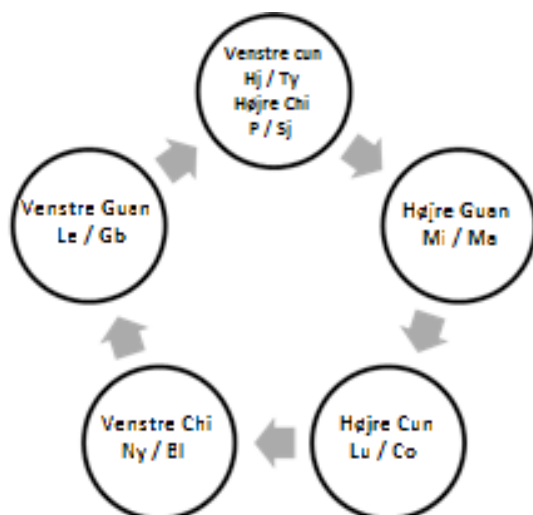
Akupunktører med mere fokus på Indre Zang Fu ubalancer tenderer til at se positionen afspejle tilstanden i Nyre og Blære.)

5 FASER I PULSDIAGNOSE



^c Klassikeren Nan Jing Jiao Shi (Classic of Difficulties, 100 e.kr.) placerer Pericardium og San Jiao i højre Chi position, mens Mai Jing (Puls klassikeren af Wang Shu He, 280 e.kr.) placerer Nyre Yang i højre Chi position. Dette er på linje med Bin Hu Mai Xue (The Lakeside Master's study of the Pulse, af Li Shi Zhen, 1564 e.kr.) Han udelader Yang meridianer / organer i pulsdialosen, hvilket viser hans fokus på Urtemedicin.

Hvis man placerer pulsene på de to hænder i forlængelse af hinanden, startende med venstre hånd, så fremkommer Sheng Cyklussen i de 5 faser (hvis man placerer San Jiao og Pericardium i højre Chi position – se ovenfor). Dette anvendes især i meridianterapi / 5 Fasebehandling.



KLASSISKE ORGANKVALITETER

Klassisk beskrives særlige kendetegn for de enkelte organer og meridianers pulse. Denne kvalitet er ikke tegn på en patogen tilstand, blot et særligt kendetegn for organets natur:

Milt: Føles som en kylling på jorden.

Lunge: Føles som vind i en fuglefjer.

Nyrer: Føles som sten, der rammer jord, rungende.

Lever: Føles dæmpet, fyldigt som strengeinstrument.

Hjerte: Føles som klokke, der ringer, - først fyldigt, så svagere, eller som ild der flammer op

8 PRINCIPPER

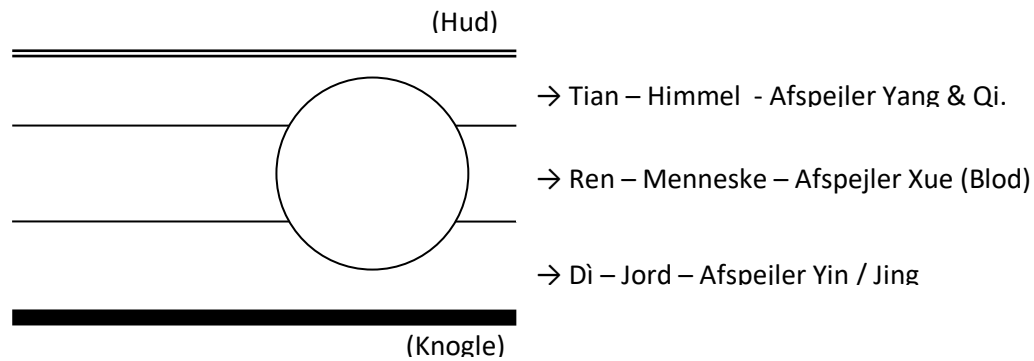
(Tag den generelle puls med Cun, Guan & Chi position samtidigt)

Centralt i forståelse af diagnose og behandling er de "8 Principper". Når behandleren har dannet sig et klart billede af, hvordan patientens problem beskrives med de 8 principper, er det vigtigste af diagnosen foretaget.

De 8 Principper er det vigtigste fundament i din diagnose, og kan konstateres af alle dødelige. Det giver fast grund under fødderne.⁵

Puls	8 Principper	Tolkning
Overfladisk - Dyb	Ydre - Indre	Dybde fortæller hvor er Qi engageret
Hurtig - Langsom	Varme - Kulde	Hastighed bestemmes af Varme / Kulde balance
Fuld - Tom (kraftig - svag)	Shi - Xu	Styrke. Tilstand af Qi & Blod (+ evt. tilstedevær af Xie Qi)
Tynd - Bred	Yang - Yin	Diameter. Yang Qi holder inde / Yin & Blod fylder ud

Pulsdybder:



YDRE

Den dybde, hvor pulsen er kraftigst, afspejler hvor kroppens Qi er engageret i "noget"

Pulshastighed:

Alderen påvirker hastigheden:

Giovanni Maciocia angiver følgende normalhastigheder:

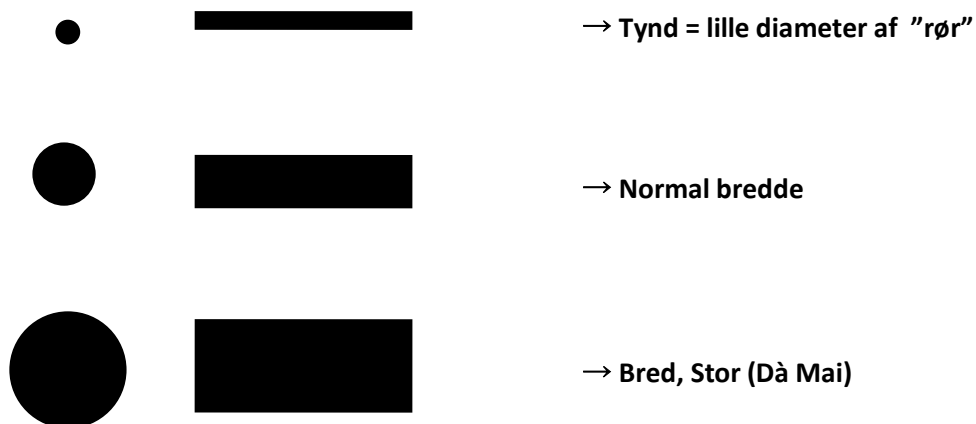
Alder	Slag pr. minut
1 - 4	90 eller mere
4 - 10	84
10 - 16	78/80
16 - 35	76
35 - 50	72/70
50 +	68

Pulsens hastighed måles ved at tælle slag i 15 sekunder og gange med 4.
(+ den subjektive fornemmelse af tøven eller fremskyndethed)

Generelt kan siges at:

- **En langsom puls er under 60 (hos voksne)**
- **En hurtig puls er over 80 (hos voksne)**

Pulsens Bredde:



DE 28. PULSKVALITETER:

("Pulsbilleder")

- Alle pulskvaliteter kan gå i kombinationer (næsten alle)
- Mange Pulsnavne har mistet deres oprindelige sproglige betydning (Bob Flaws)
 - Der er en stringens i den fysiske sansning, således at pulskvaliteterne kan genkendes fra behandler til behandler. Pulsnavnene er derfor vores sprog til at kommunikere med kollegaer og med ens egen viden om Kinesisk Medicin.
 - Notér dig din eksakte sansning og skriv den ned. Konkludér efterfølgende, så du ikke prøver at "presse" en bestemt tolkning igennem.
 - Benyt terminologien. Det er tekniske betegnelser, som giver større præcision og dermed færre kollegiale og patientmisforståelser.

HOVEDGRUPPER AF PULSKVALITETER (Se de efterfølgende skemaer):	
Dybde	Overfladiske/Flydende
	Dybe
Hastighed	Hurtige
	Langsomme
Styrke	Fuld (kraftige)
	Tom (svage)
Bredde	Bred/Stor
	Tynd/Fin
Længde	Lange pulse
	Korte pulse
Form, konsistens & kvalitet (Div. andre pulse)	
Rytme	Uregelmæssige pulse (springer slag over)

Trin for trin pulsmetodik:

(Stil dig selv følgende spørgsmål:)

Procedure:

- 1) Føl den Generelle Puls – som helhed.
- 2) Mærk tilstand af Shen – Qi – Jing
- 3) Føl de 3 positioner / 3 Jiao (og de 3 dybder)
- 4) Mærk de 8 Principper: overfladisk – dyb, hurtig – langsom, fuld – tom, (tynd – bred)
- 5) Konstater Form, Kvalitet, Rytme → Er der er noget der træder frem?
- 6) Konstater kvalitet og styrke i individuelle Pulspositioner → Hvilke organer/meridianer er i fokus?

Notér først hvad du registrerer – *uden at tolke* – Konkludér efterfølgende. Revider løbende diagnose på baggrund af nye sansninger.

Kilder:

- Li Shi Zhen "*Bin Hu Ma Xue*" (*Pulse Diagnosis*).
- Lu Yubin "*Pulse Diagnosis*"
- Ted Kaptcuck "*The web that has no weaver*"
- Bob Flaws "*The secrets of Pulse Diagnosis*"
- Giovanni Maciocia "*Foundations of Chinese Medicine*"
- Nigel Ching "*Kunsten at diagnosticere med Kinesisk Medicin*"
- Kurser v. Giovanni Maciocia, Bob Flaws, Steve Birch m.fl.

ØVELSER:

¹ Startøvelse: Mærk puls uden forudsætninger, skriv / tegn en subjektiv beskrivelse af din partners puls. Undgå at "være klog" – føl hvad du føler! (du kan aldrig føle forkert. Dine *tolkninger* kan være forkerte!)

² Parvis: Registrer tilstanden af Shen – Qi – Jing.

Registrer om pulsen har Hoved – Krop – Hale.

³ Parvis: Mærk tilstand af Qi i de 3 Jiao.

⁴ Tag puls på en partner, mens du balancerer din Centerakse (forestil dig at du hænger i en tråd fra Bai Hui, Du 20 – og mærker vægten pendulere fra fod til fod, mens den stadig nærmer sig Yong Chuan, Ny 1).

Forestil dig at du står i denne tilstand på kanten af en dyb afgrund.

Mærk åndedrættet fra Du 20 ned mod Dantien – og hvordan der for hvert åndedræt skabes større rummelighed til at sanse i dit indre.

Registrer det du sanser i fingerspidserne (Pulsen) – og notér dig hvor i dit indre at du registrerer det.

⁵ Gå sammen i grupper på 3: Lav simpel diagnose i forhold til de 8 principper med pulsen. (Sæt ringe i diagram over 8 principper i diagnoseark)

Kompendiet er udarbejdet i samarbejde mellem Joachim Hauser & Lars Schuster