

Akupunktur

1-2/2010

www.akupunktur-online.info

**Liebe Patientin,
lieber Patient,**

warum interessieren Sie sich für Akupunktur? Weil Sie von Erfolgen gehört haben – im nahen Familienkreis, von Bekannten oder aus der Presse? Vielleicht haben Sie auch selbst schon mit dieser Therapieform Bekanntschaft gemacht und sich von der Wirkung überzeugen können. Schön, dass die Wissenschaft immer mehr Beiträge und Nachweise für die Wirksamkeit der Methode liefert – sie erhält damit immer mehr ihren ganz offiziellen Stellenwert in der so genannten Schulmedizin.

Vielleicht wird es bald so sein, dass jeder Schulmediziner genau einschätzen kann, ob und wann eine Akupunkturbehandlung in Ihrem speziellen Fall sinnvoll sein könnte. Im Idealfall wird er Sie dann an einen Akupunkturspezialisten weiterverweisen.

Mit freundlicher
Empfehlung überreicht



Wenn Körper und Seele aus dem Gleichgewicht geraten – Hilfe durch Akupunktur	S. 3
Wenn Akupunktur nicht hilft	S. 5
Ganzheitliche Zusammenhänge zwischen Kopfschmerzen, Wirbelsäule und Kieferbereich	S. 7
Schmerzende Kaumuskulatur: Auf die korrekte Akupunktur kommt es an	S. 9
Nadeln maßvoll eingesetzt	S. 10
Akupunktur lindert Symptome der allergischen Rhinitis	S. 11
Expertenrat – Patienten fragen/Ärzte antworten	S. 12

Wenn Akupunktur nicht wirkt ...

Wenn ich mir die Vorworte und Artikel ansehe, die ich seit fast zehn Jahren für diese Patientenzeitschrift geschrieben habe, so enthielten sie schwerpunktmäßig Meldungen und Berichte sowie Studien über die Tatsache, dass Akupunktur wirkt und wo sie wirkt.

Heute ist das „ob“ kein Thema mehr. Die Mehrheit der aufgeklärten Patienten wissen, dass sie wirkt und dass sie hilft, ohne Medikamente auszukommen. Auch die Krankenkassen haben nach groß angelegten Studien verstanden, dass hier eine Menge Geld zu sparen ist. Fast jeder Orthopäde hat inzwischen ein Akupunktur-Diplom, auch Allgemeinärzte, Internisten, sogar Chirurgen führen inzwischen Akupunktur aus. Selbst eine große Krankenskette in meiner Nähe überraschte kürzlich mit der Werbung, sie hätten jetzt eine TCM-Ambulanz.

Dass die Krankenkassen nur bei zwei Diagnosen die Behandlung zahlen (Rückenschmerz und Kniearthrose), hält aufgeklärte Patienten nicht davon ab, bei anderen Erkrankungen auch selbst für die Behandlung aufzukommen. Dies umso mehr, als ja häufig bereits wenige Sitzungen ausreichen. Was aber, wenn die Akupunktur einmal nicht hilft oder der Erfolg nicht lange anhält? Dann liegen in der Regel Störherde vor, die den Erfolg behindern.

Das können z.B. Narben sein, die den Meridian blockieren oder wurzelbehandelte Zähne. Lesen Sie hierzu den Bericht in diesem Heft.

Ich wünsche Ihnen einen fröhlichen und gesunden Sommer!

Herzlichst Ihre



Dr. med. Beate Strittmatter,
Ausbildungsleiterin Deutsche
Akademie für Akupunktur
(DAA), München.
E-Mail: Strittmatter@t-online.de

Deutsche Akademie für Akupunktur (DAA) e.V.
Ambazac-Straße 4, 90542 Eckental
T.: 09126/295210 Fax: 09126/2952 159
E-Mail: Akademie@akupunktur.de
Internet: www.akupunktur-information.de
www.stoerherd.de
www.presse-akupunktur.de

Die Patientenzeitschrift Akupunktur wird herausgegeben und verlegt von der Deutschen Akademie für Akupunktur (DAA) e.V., München.

Koordination und Objektleitung:

Dr. med. Beate Strittmatter (v.i.S.d.P.),
Quellenstraße 19, 66121 Saarbrücken,
strittmatter@t-online.de

Redaktion, Bild und Text:

MVS Medizinverlage Stuttgart GmbH&Co.KG,
Julia Reichmann, Julia.Reichmann@medizinverlage.de
Robert Niedworok, freier Journalist, Stuttgart,

Produktion:

Beate Schalk, Marco Lorenzen, DAA, München

Erscheinungsweise: Halbjährlich als Doppelheft

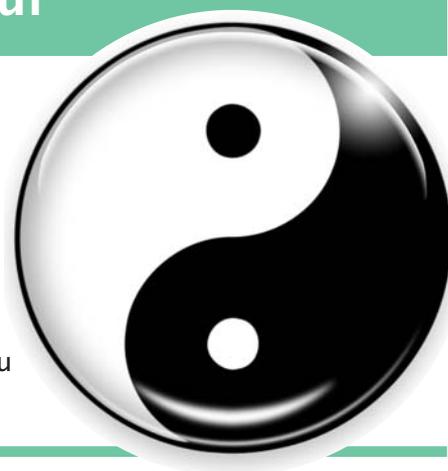
Copyright: Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind für die Dauer des Urheberrechts geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen

des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung der Deutschen Akademie für Akupunktur (DAA) e.V. unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Wichtiger Hinweis: Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann von der Deutschen Akademie für Akupunktur (DAA) e.V. keine Gewähr übernommen werden. Jeder Benutzer ist angehalten, durch sorgfältige Prüfung der Beipackzettel der verwendeten Präparate und gegebenenfalls nach Konsultation eines Spezialisten festzustellen, ob die dort gegebene Empfehlung für Dosierungen oder die Beachtung von Kontraindikationen gegenüber der Angabe in dieser Zeitschrift abweicht. Eine solche Prüfung ist besonders wichtig bei selten verwendeten Präparaten oder solchen, die neu auf den Markt gebracht worden sind. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Autoren und Herausgeberin appellieren an jeden Benutzer, ihm etwa auffallende Ungenauigkeiten der Herausgeberin mitzuteilen.

Wenn Körper und Seele aus dem Gleichgewicht geraten – Hilfe durch Akupunktur

Bei der Erforschung und Behandlung von Krankheiten macht die moderne Medizin immer mehr Fortschritte. Dennoch leiden viele Menschen unter Beschwerden, deren organische Ursache nicht erkennbar ist. Dazu gehören auch so genannte funktionelle Störungen, die sich oft als andauernde Erschöpfung, Schmerzen oder Verdauungs- und Bauchbeschwerden bemerkbar machen. Zusammenfassend nennt man diese Krankheitsbilder "Funktionelle somatische Syndrome" (FSS). Heute vermuten Forscher, dass sowohl seelische als auch körperliche Faktoren zu ihrer Entstehung beitragen.



Bildquelle: Fotolia/ K.C.

Spannungskopfschmerzen, Reizdarm, andauernde Schmerzen im Kiefergelenk, Müdigkeit und Schlafstörungen, Konzentrations- und Gedächtnisprobleme, Allergien – das sind nur einige der Symptome, die Betroffene und Ärzte immer wieder vor scheinbar unlösbare Rätsel stellen: Fast ein Viertel aller Patienten kommt mit solchen oder anderen Beschwerden zum Arzt, deren Ursache nicht auszumachen ist. Oft sind die Symptome nicht auf ein Organ beschränkt, sondern betreffen verschiedene Bereiche des Körpers in unterschiedlicher Weise. Die Lebensqualität der Betroffenen ist dadurch erheblich beeinträchtigt. Hinzu kommen nicht selten depressive Verstimmungen und Ängste. Die Behandlung solcher Krankheitsbilder gestaltet sich für den Arzt schwierig. Meist beschränkt sich die Therapie auf die Linderung einzelner Symptome und ist insgesamt wenig erfolgreich. Außerdem kann es passieren, dass sich der Patient nicht ernst genommen fühlt. Was folgt, ist eine Odyssee von Arzt zu Arzt und immer wieder andere Diagnosen.

Funktionelle Störungen sind keine Einbildung

Die Symptome und Krankheitsbilder, die beim "Funktionell somatischem Syndrom" auftreten, bilden sich die Patienten nicht ein. Die heutige Wissenschaft geht auch nicht mehr davon aus, dass es sich um rein psychische Störungen, wie z.B. Angststörungen handelt. Vielmehr deutet alles darauf hin, dass funktionelle Störungen nicht nur einen einzigen Grund, sondern mehrere verschiedene Ursachen haben. Die organübergreifenden

Krankheitsbilder entstehen dann, wenn psychische und körperliche Belastungen zusammenwirken und das Gleichgewicht im Organismus stören.

Stressfaktoren bringen das Nervensystem durcheinander

Aufwendige Modellsysteme sollen jetzt helfen, die Hintergründe funktioneller Störungen besser zu verstehen. Das so genannte Allostase-Konzept ist ein sehr nützlicher Ansatz: Allostase beschreibt den Vorgang, dass der Körper auf bestimmte Belastungen von außen reagiert. Diese Belastungen oder Stressfaktoren können alles Mögliche sein: Zum Beispiel Wärme und Kälte, körperliche Anstrengungen, aber auch psychische Einflüsse wie Arbeitsstress oder bittere Enttäuschungen. Ziel des Körpers ist es, angemessen auf solche Reize zu reagieren, um letztendlich ein gewisses Gleichgewicht (Homöostase) aufrecht zu erhalten. Normalerweise funktionieren die körpereigenen Mechanismen sehr gut. Wenn die Stressfaktoren allerdings überhand nehmen, zu heftig werden oder zu lange andauern, kann der Körper nicht mehr ausgleichend reagieren. Wenn es dem Körper endgültig zu viel wird, hängt auch von genetischen Voraussetzungen ab. Doch ab einem bestimmten Maß geraten die natürlichen Regulationsmechanismen, die ganz unbewusst im Körper ablaufen, durcheinander und das Nervensystem wird gestört. Als Folge können Beschwerden im ganzen Körper auftreten – ohne dass die Ursache direkt ersichtlich wird.

Bildquelle: Lothar Bertrams

Geistiges und körperliches Wohlbefinden gehören zusammen

Obwohl sich die TCM (Traditionell Chinesische Medizin) schon vor Jahrtausenden und in einem ganz anderen Kulturkreis entwickelte, zeigen sich einige erstaunliche Ähnlichkeiten zwischen modernen westlichen und traditionellen östlichen Vorstellungen:

Auch in der TCM spielt das körperliche Gleichgewicht eine besondere Rolle. Gesundheit bedeutet hier optimale Balance zwischen den beiden Lebenspolaritäten Yin und Yang. Jeder Einzelne

Ganzheitlichkeit verbindet moderne und traditionelle Konzepte

Längst nicht alle Elemente der TCM lassen sich einfach mit den Vorstellungen westlicher Medizin vergleichen. Deutlich wird dennoch die offenbar zentrale Bedeutung des Gleichgewichtszustands, der im Körper erhalten werden soll.

Wenn es darum geht, Krankheitsbilder beim "Funktionell somatischem Syndrom" effektiv zu behandeln, könnte die Verbindung von TCM mit westlichen Erkenntnissen einen neuen, ganzheitlichen Ansatz darstellen. "Wir dürfen nie vergessen,



Bildquelle: Jens van Zoest

Neben Akupunktur verhilft vor allem gezielte Bewegung wieder zu mehr Wohlbefinden.

besitzt die angeborene Fähigkeit, diese Balance aufrecht zu erhalten. Abhängig von der persönlichen Lebensweise, Umwelteinflüssen, körperlichen und psychischen Stressfaktoren wird diese Konstitution im Laufe des Lebens gestärkt oder geschwächt. Emotionales Wohlbefinden und körperliche Gesundheit gelten dabei als unzertrennbar. Wenn nun verschiedene Stressfaktoren zum Ungleichgewicht der Körperkräfte Yin und Yang führen, zerreißt deren Einheit und es kommt zu Fehlregulationen, die sich in körperlichen Krankheitssymptomen ausdrgen. In der TCM betrachtet man alle Krankheitsanzeichen im gemeinsamen Kontext und untersucht den gesamten Körper, um die Fehlregulation zu erkennen. Diese Diagnose bildet dann die Grundlage für einen Behandlungsplan mit pflanzlichen Arzneien, Akupunktur, Ernährungsempfehlung und Bewegungstherapie (z.B. Qi Gong).

den Menschen in seiner Gesamtheit zu betrachten", sagt Professor Frank R. Bahr von der Deutschen Akademie für Akupunktur " (DAA). Dabei betont er, dass sich bewährte Methoden wie die Akupunktur auch hierzulande eignen, um vielschichtige Erkrankungen wie funktionelle Störungen zu behandeln.

Publisher: DAA

Quelle: Tan S et al.: Functional Somatic Syndromes : Emerging Biomedical Models and Traditional Chinese Medicine. eCAM (2004); 1(1): 35-40.

Tausende von Patienten haben in den letzten 10 Jahren in Deutschland erfolgreich Akupunktur erhalten gegen Rheuma, Migräne, Rückenschmerzen, Tennisellbogen oder Allergien. Was aber, wenn die Akupunktur Ihnen einmal nicht hilft? Dann liegt es selten am Arzt oder Heilpraktiker, der Sie mit Akupunktur behandelt. Häufigster Grund für einen Misserfolg sind Störherde, wie z.B. chronische Entzündungen, Narben oder wurzeltote Zähne. Solche Störherde können den Organismus so sehr an der Selbstheilung hindern, dass die beste Akupunktur oder auch andere naturheilkundliche Maßnahmen nicht wirken können.

Ein Störherd hat auf den ersten Blick mit dem eigentlichen Krankheitsgeschehen gar nichts zu tun und der Patient spürt ihn gar nicht. Es wäre für die Behandler viel leichter, wenn der Störherd sich z.B. durch Schmerzen oder Ausschläge bemerkbar machen würde.

Narben können den Energiefluss eines sog. Meridians stören (die Akupunktur benutzt diese Energielinien, um zu helfen, ist der Meridian jedoch durch eine Narbe blockiert, kann die Akupunktur nicht wirken). Solche störende Narben kann man leider weder durch Röntgen, Laboruntersuchungen oder sonstige bekannte diagnostische Maßnahmen finden.

Seit über 60 Jahren weiß man, dass auch wurzelbehandelte oder abgestorbene Zähne Krankheiten verursachen können; interessant ist hier, dass jeder Zahn seine bevorzugte Wirkrichtung hat, z.B. stören Frontzähne gerne die Unterleibsorgane, die Eckzähne wirken auf die Augen und die hinteren Backenzähne können ein Schulterproblem erzeugen. Ein wurzeltoter Zahn kann auch bewirken, dass eine Erkrankung, die später aufgetreten ist,



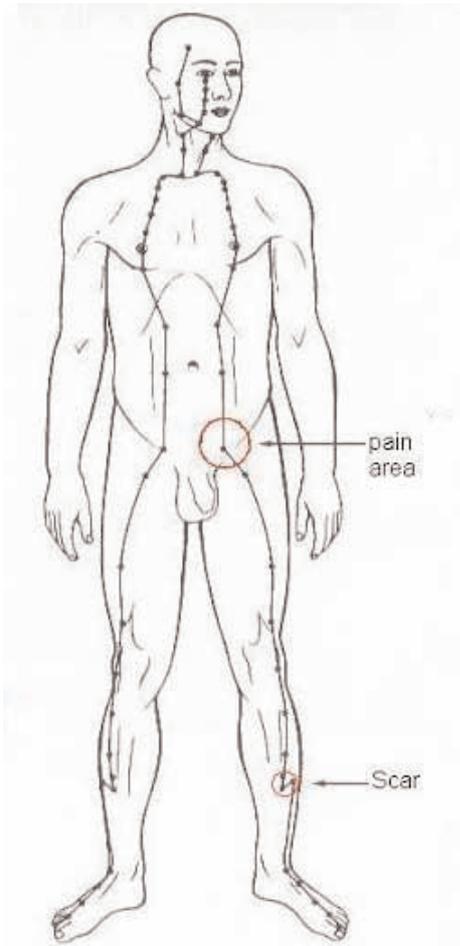
nicht ausheilen kann. Hier ein Fallbeispiel aus meiner Praxis: Ein 60jähriger Patient hatte seit über 30 Jahren Unterbauchschmerzen linksseitig. Alle bisher durchgeführten schulmedizinischen Untersuchungen (z.B. Röntgen, Kontrastmitteluntersuchungen, Labor etc.) waren unauffällig. Er sagte mir, dass seine Schmerzen fast immer zwischen 7 und 9 Uhr morgens auftraten. Zunächst untersuchte ich den Patienten ganz und fand keine Besonderheiten im Bauchraum. Dann fahndete ich über die Ohrreflexzonen (Ohrakupunktur) nach Störherden und fand heraus, dass von den vielen Narben, die er hatte, eine einzige Narbe am linken Unterschenkel als Störherd wirkte. (Nicht jede Narbe wird zum Stör-

herd, deshalb ist es wichtig, genau herauszufinden, welche Narbe betroffen ist) (Abb.1).

Es war 8 Uhr morgens und der Patient hatte gerade seine Schmerzen. Nachdem ich herausgefunden hatte, welche Narbe wirklich störte, unterspritzte ich die Narbe mit ein wenig Lokalanästhetikum, um die Blockade des Meridianverlaufs aufzuheben. Nach 30 Sekunden gab der Patient ein Wärmegefühl im rechten Unterbauch an, und der Schmerz war verschwunden – und blieb es bis heute, also 10 Jahre lang.

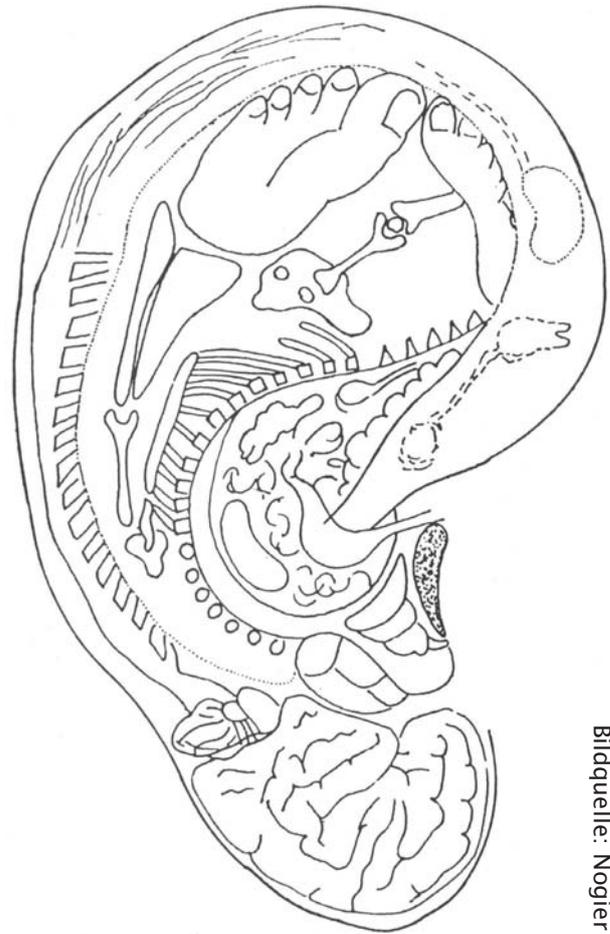
Wie findet man Störherde?

Ein sehr genaues Verfahren, störende Narben oder Zähne zu finden, ist die Ohrakupunktur. Seit über 60 Jahren ist bekannt, dass die Ohroberfläche den gesamten Körper abbildet. Man hat das inzwischen sogar wissenschaftlich nachweisen können. Nur wenn am Körper etwas nicht in Ordnung ist, verändert sich der Bereich am Ohr, der diesen Teil des Körpers abbildet. Er wird elektrisch aktiv und man kann ihn mit einem Gerät genau messen. Genauso wird man die Narben am Ohr finden, die störend wirken, alle anderen nicht (Abb.2). Es ist



Bildquelle: Strittmatter

Verlauf des Magenmeridians, A: Narben-Störherd, B: schmerzender Bereich



Bildquelle: Nogier

Reflexzonen am Ohr

dem Therapeuten also möglich, genau festzustellen, ob und welche Narbe zum Störherd geworden ist. Er kann auch feststellen, ob vielleicht irgendwo im Körper eine Entzündung vorliegt oder eine Giftbelastung (z.B. Quecksilberbelastung durch Amalgamfüllungen) (BAHR), bzw. ob einer von mehreren wurzelbehandelten Zähnen zum Herd geworden ist. Mithilfe der Reflexzonen am Ohr kann man übrigens auch die Krankheit selbst gut behandeln, man nennt dies dann Ohrakupunktur.

Was kann man tun, wenn Störherde vorhanden sind?

Findet der Therapeut eine Narbe als störend, kann er entweder die Narbe selbst behandeln oder er sticht sehr exakt eine Nadel in den Punkt am Ohr (Ohrreflexzonen), der diese Narbe abbildet. Übri-

gens: Akupunktur muss nicht wehtun, moderne Akupunkteure benutzen für schmerzempfindliche Patienten den Laser.

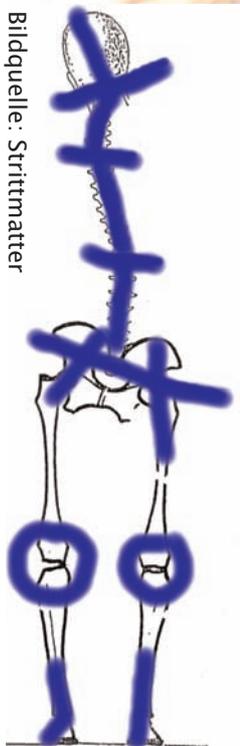
Autorin: Dr.med. Beate Strittmatter
 Ärztin für Allgemeinmedizin
 Naturheilverfahren, Sportmedizin,
 Akupunktur
 66121 Saarbrücken
 E-Mail: Dr.B.Strittmatter@t-online.de
www.akupunktur.de/dr.strittmatter/

Ganzheitliche Zusammenhänge zwischen Kopfschmerzen, Wirbelsäule und Kieferbereich

Neben der reinen Behandlung der Kopfschmerzen ist es wichtig, auch die Wirbelsäule auf Probleme zu untersuchen. Dies ist eine wichtige Ergänzung, da es häufig ausstrahlende Schmerzen gibt, die Ihre Ursache in der Wirbelsäule haben und als Kopfschmerz wahrgenommen werden.

Oft wird dabei übersehen, dass die Wirbelsäule, insbesondere die Halswirbelsäule, direkt durch Kieferprobleme negativ beeinflusst wird. Ein Kieferproblem kann zum Beispiel entstehen, wenn die Abstützung der Zähne im Mund nicht gleichmäßig ist, weil Zähne fehlen oder Füllungen zu hoch oder zu tief angefertigt wurden.

Besonders ausgebildete Zahnärzte, die auf die „CMD“ (= Craniomandibuläre Dysfunktion) spezialisiert sind, können das leicht herausfinden. Am besten arbeiten Orthopäde, Zahnarzt, Osteopath und Physiotherapeut zusammen.



Bildquelle: Strittmatter

Für den medizinischen Laien ist es zunächst schwer verständlich, dass eine Fehlstatik in der Wirbelsäule Einfluss auf die Kaumuskulatur hat. Stellt man sich aber den Menschen einmal wirklich als „Säule“ vor, auf der oben auf einer sehr kleinen Fläche der Kopf sitzt, dann kann man die Einflüsse zum Beispiel eines schief stehenden Beckens auf die Haltung der gesamten Wirbelsäule verstehen. Damit werden auch die Muskeln beeinflusst, die den Kopf in seiner Lage stabilisieren (Abb.1).

Gerade bei Kieferbeschwerden ist die Behandlung der Muskeln wichtig, denn die Muskeln formen die Knochen (und nicht umgekehrt), in der Medizin spricht man von: „das Weichgewebe formt das Hartgewebe“.

Die Wirbelsäule in ihrer Statik

Der spezialisierte Zahnarzt wird durch Abtasten druckschmerzhaft Punkte im Kopf- und Nackenbereich finden, die teilweise auch ausstrahlend einen Schmerz verursachen können. Danach wird er die Kiefergelenke auf Schmerzhaftigkeit untersuchen, besonders auch auf Knack- oder Knirschgeräusche. Als letztes wird er nach dem Zusammenbiss der Zähne sehen, nach dem Zusammenspiel und der gegenseitigen Beeinflussung der Zahnkaufächen bei verschiedenen Bewegungen und allgemein nach der Abstützung der Zahnreihen.

Die ideale Anfangstherapie ist üblicherweise eine sogenannte „Entspannungsschiene“, die dazu dient, die verspannte Muskulatur zu entspannen. Ziel muss es sein, dass keine druckschmerzhaften Punkte in den Muskeln mehr zu finden sind. Gleichzeitig beginnt der Patient mit Übungen zur Lockerung der betroffenen Muskeln.

Die Akupunktur bietet eine ideale Möglichkeit, den Patienten zusätzlich wirkungsvoll unterstützend zu behandeln.

In der Methode der Ohrakupunktur findet der Behandler die „nervalen Strukturen“, also alles, was Schmerzen auslöst oder weiterleitet, auf der Ohrvorderseite und alles, was mit der Muskulatur zusammenhängt, auf der Ohrrückseite (Abb. 2)

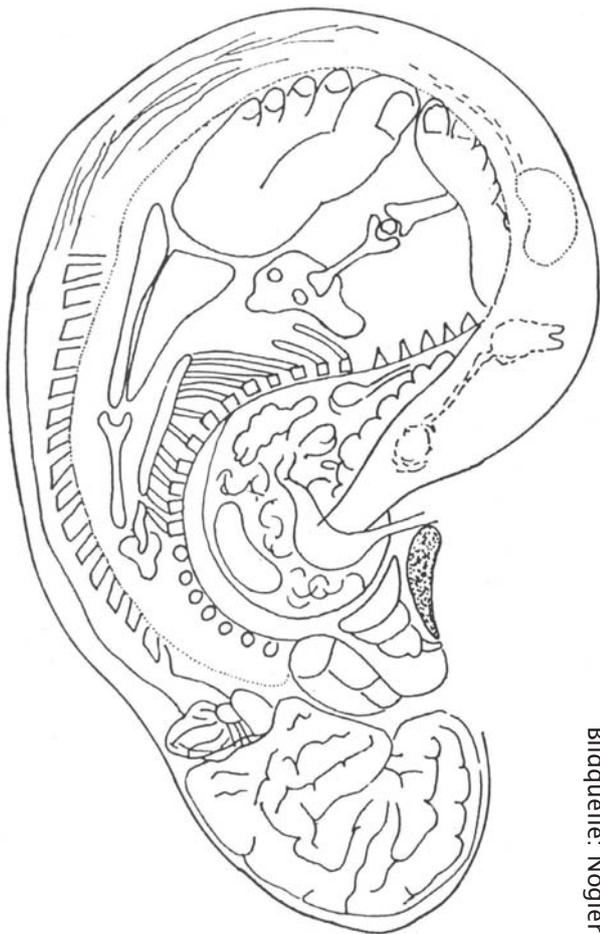
Da man diese Punkte in ihrer Lage am Ohr nur findet, wenn die betroffene Struktur erkrankt oder verändert ist, hat man gleichzeitig eine Kontrolle des Untersuchungsbefundes – und durch Therapie der Punkte mit Akupunkturnadeln auch noch einen therapeutischen Effekt.

Die Psyche ist bedeutsam

Insgesamt muss aber auch der Einfluss psychischer Probleme in der Untersuchung und der Therapie berücksichtigt werden. Man kann sagen: „Aus permanenter Anspannung entsteht eine Verspannung.“

Das haben auch viele Patienten schon erlebt, die berichten: „Meine Verspannung hatte ich schon länger, aber kurz nach meiner Kündigung habe ich mich beim Aufstehen auf einmal nicht mehr bewegen können.“

Bildquelle: uppercuitimages



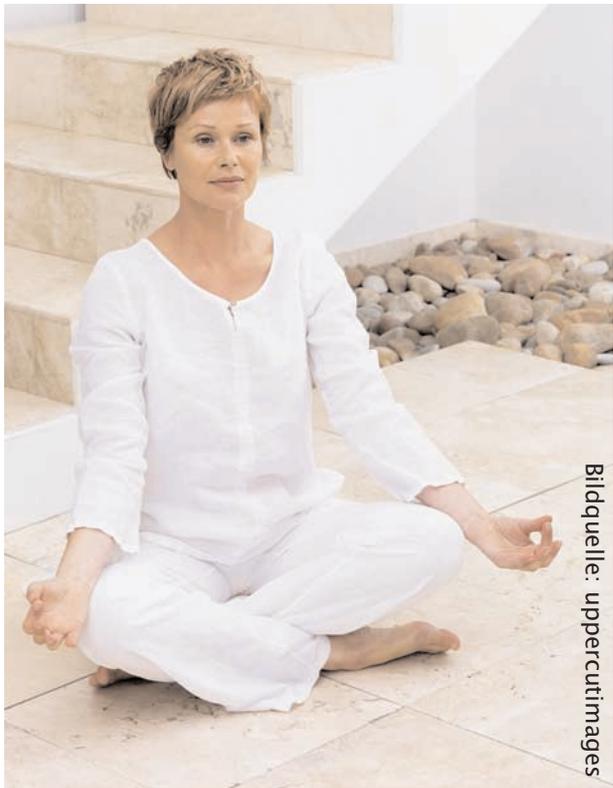
Bildquelle: Nogier

Die Projektion des Körpers am Ohr nach Nogier

Deshalb ist es für jede erfolgreiche Therapie bei allen Problemen mit verspannten Muskeln, sowohl der Kaumuskeln als auch der Wirbelsäulenmuskulatur, notwendig, den Patienten auf die existierenden Probleme aufmerksam zu machen und ihm Lösungen anzubieten (zum Beispiel Yoga, Autogenes Training, begleitende Blütentherapie oder einfach etwas, dass ihm hilft, mindestens einmal am Tag ganz abschalten zu können).

In der Behandlung erlebt man häufig, dass wenn die Patienten die Schiene regelmäßig die ersten 5-8 Wochen tragen und ihre Übungen machen, sie berichten können, dass die Kopfschmerzen deutlich weniger geworden sind und die Beschwerden der Halswirbelsäule besser werden. Sie beobachten häufig ein „Absteigen“ der Beschwerden. Gezielte Ohrakupunktur kann den Schmerz sofort lindern und die Muskeln entspannen und sollte idealerweise begleitend zu jeder anderen Form der Behandlung durchgeführt werden

Autor: Dr. med. dent. Winfried Wojak
32805 Horn Bad-Meinberg
E-Mail: dr.wojak@akupunktur-arzt.de



Bildquelle: uppercutinages

Gezielte Entspannung hilft, übermäßige Verspannungen zu lösen.

Schmerzende Kaumuskulatur: Auf die korrekte Akupunktur kommt es an

Akupunktur ist eine sehr wirkungsvolle Methode bei der Bekämpfung von Schmerzen. Hierzu muss man jedoch die wirkungsvollen Punkte auswählen und präzise stechen.

Schmerztherapeuten ist die lange Leidensgeschichte von Patienten mit Gesichtsschmerzen wohl bekannt. Zu diesem Thema wurde jetzt eine kontrollierte Studie veröffentlicht, in der bei Patienten mit Schmerzen in der Kaumuskulatur eine richtig durchgeführte Akupunktur (Verumakupunktur) mit Scheinakupunktur (als Placebo- oder Sham-Akupunktur bezeichnet) verglichen wurde.

Bei der Gruppe mit korrekter Nadelung wurde der Akupunkturpunkt Di 4, eine Stelle in der Schwimnhautfalte zwischen dem ersten und zweiten Finger, genadelt. In der Kontrollgruppe wurde eine Scheinakupunktur an einem nahegelegenen Nicht-Akupunkturpunkt durchgeführt. Dabei wurde die Nadel nicht vollständig durch die Haut gestochen. Vor und nach der Behandlung wurde anhand einer Werteskala das Ausmaß von Kopf- und Nackenschmerzen bestimmt. Zusätzlich wurde ein mechanischer Schmerzreiz vor und nach der

Behandlung im Bereich des großen Kaumuskels gesetzt und dessen Schmerzhaftigkeit gemessen.

Die Probanden wussten nicht, ob sie die echte oder die Scheinakupunktur erhielten

Als Folge der richtig durchgeführten Akupunktur konnten die Schmerzen sowohl in der Kau- und Gesichtsmuskulatur wie auch im Bereich des Nackens signifikant gesenkt werden, dagegen konnte in der Gruppe der Scheinakupunktur keine deutliche Schmerzreduktion beobachtet werden.

Fazit: Bereits mit einer einzigen Nadel können Gesichts- und Nackenschmerzen innerhalb nur einer Sitzung effektiv reduziert werden, wenn der Akupunkturpunkt korrekt ausgewählt wurde. Dazu erklärt Prof. mult. h.c. VRC Dr. Frank R. Bahr, Leiter der Europäischen Akademie für Akupunktur, dass mit diesen Untersuchungen erneut bewiesen worden sei, dass es sehr wohl darauf ankomme, die Akupunkturpunkte exakt auszuwählen und dass der Akupunkteur eine solide Ausbildung benötige.

Quelle: J OROFAC PAIN 2009, Randomized clinical trial of acupuncture for myofascial pain of the jaw muscles

Bildquelle: MEV/ Call Agency

Weitere Patienteninformationen

In Deutschland:

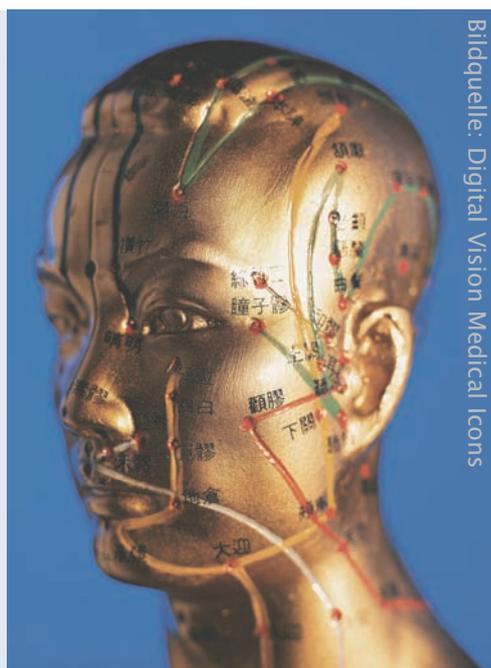
Deutsche Akademie für Akupunktur e.V.,
Ambazac-Straße 4, 90542 Eckental
Tel.: 09126/295210, Fax: 09126/2952159
akademie@akupunktur.de
www.akupunktur.de, www.akupunktur-online.info,
www.akupunktur-information.de, www.stoerherd.de

In Österreich:

Österreichische Gesellschaft für Kontrollierte
Akupunktur (OGKA), Kreuzgasse 21, A-8010 Graz
Tel.: 0316/37 40-50, Fax: -51, office@ogka.at; www.ogka.at

In der Schweiz:

Schweizerische Ärztinnen und Ärztegesellschaft für
Akupunktur – Chinesische Medizin – Aurikulomedizin, sacam
c/o gkaufmann Verbandsmanagement, Wattenwylweg 21,
CH-3006 Bern, Tel.: 031/332 41 10, Fax: 031/332 41 12
info@gkaufmann.ch, www.sacam.ch



Bildquelle: Digital Vision Medical Icons

Kombitherapie-Studie

Nadeln maßvoll eingesetzt

Es mag durchaus vorteilhaft sein, Körper- und Ohrakupunktur in derselben Sitzung zu verabreichen. Doch lässt sich so der Therapieerfolg immer steigern? Italienische Schmerzmediziner und Akupunkturärzte haben diese Hypothese vor kurzem geprüft.

Zunächst haben sie untersucht, ob bei Halsmuskelschmerzen mit der Körperakupunktur eine ausreichende Schmerzlinderung zu erreichen ist. Ferner war für die Forscher von Interesse, ob die Kombination aus Körperakupunktur und Ohrakupunktur einen deutlich größeren Nutzen erbringen würde, als Körpernadeln allein.

Ergebnis: Die Kombination war dem bloßen Körpernadeln keineswegs überlegen. Dies zeigt, dass so Belastungen für Patienten ohne Wirkungsverlust gesenkt werden können.

Bei der Ohrakupunktur werden, im Gegensatz zur Körperakupunktur, nur Punkte in der Ohrmuschel genadelt. Daher sprechen Akupunkturärzte auch von Aurikulomedizin. Dieses Vorgehen basiert auf der Abbildung zahlreicher innerer Organe auf der Ohrmuschel. Morphologische und physiologische Phänomene belegen die Existenz eines solchen Zusammenhangs. Außerdem zeigen sich Änderungen elektrischer Signale, wenn die Haut der Ohrmuschel gestört ist (z.B. Leberflecke, Entzündungen, Blutschwämme). Dass Schmerzpunkte in der Ohrmuschel zu zahlreichen inneren Erkrankungen passen, zeigt auch die Reizung bestimmter Körperbereiche – der elektrische Hautwiderstand an den entsprechenden Ohrpunkten sinkt.



Bildquelle: Andreas Keudel

Kombitherapie gegen Körpernadeln

Insgesamt 62 Patienten schlossen die Forscher in die Studie ein. Keiner der Teilnehmer hatte sich bisher einer Akupunktur unterzogen. Zudem durfte kein Proband auf eine Dauermedikation angewiesen sein oder an bestimmten chronischen Störungen wie Lungenemphysem, Bronchitis, Asthma oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen leiden. Lediglich das Schmerzmittel Paracetamol war für den Schmerzanfall zugelassen. Die Teilnehmer wurden auf zwei Testgruppen verteilt: Körperakupunktur allein, bzw. kombiniert mit Ohrakupunktur. Sowohl die notwendigen Untersuchungen als auch die jeweilige Therapie wurden von erfahrenen Akupunkturärzten ausgeführt.

Die Akupunkturgruppe (31 Probanden) erhielt Nadelungen in acht Sitzungen, wobei insgesamt sieben Akupunkturpunkte zur Verfügung standen. Die Reizung (Stimulation) der Nadeln erfolgte in Form von Drehbewegungen um die Nadelachse. 31 weitere Teilnehmer wurden nach demselben Schema versorgt, zusätzlich jedoch an acht Punkten beider Ohrmuscheln akupunktiert.

Nadeln senken Muskelschmerz langfristig

Die Forscher maßen die Wirksamkeit beider Therapien an vier Zeitpunkten: unmittelbar vor und nach der Therapie, ferner nach einem und nach drei Monaten. Zur Dokumentation verwendeten sie einen speziellen Fragebogen für den Spontanschmerz und eine Schätzskaala, anhand der die Teilnehmer durch Halsbewegungen ausgelöste Schmerzen selbst bewerteten.

Einerseits hatten sowohl die bloße Körperakupunktur als auch die Kombitherapie zu einer statistisch sichtbaren Schmerzsenkung (26 gegen 22 Probanden) geführt, wie die Analyse der Fragebögen zeigte. Und auch längerfristig waren die Halsmuskelsymptome konstant rückläufig, wie die Messungen nach einem und nach drei Monaten belegen. Die zugehörigen Ausgangswerte hatten um das Dreifache höher gelegen. Zum anderen registrierten die Forscher für keinen der genannten Messzeitpunkte statistisch auffällige Unterschiede zwischen beiden Testgruppen.

Das Notwendige besser als das Mögliche

Abschließend stellen die Autoren die Ergebnisse in den Zusammenhang vorangegangener Forschungen zu demselben Thema. Dabei berücksichtigen sie die noch immer sehr schwierigen Placebotechniken, die auch in der Akupunkturforschung unverzichtbar sind. Zudem diskutieren sie sowohl das aktuelle Verständnis der Schmerzentstehung

als auch jenes der neurologischen Signale, auf denen die Akupunkturwirkung offenbar beruht oder beruhen könnte.

"Diese aussagekräftige Arbeit zeigt deutlich, zu welcher Wirksamkeit besonders die klassische Nadelung führen kann", meint dazu Dr. Bernd Ramme, Pressesprecher der Deutschen Akademie für Akupunktur (DAA). Ferner betont Ramme, der Leitsatz 'Nicht das Mögliche, sondern das Notwendige' gelte selbstverständlich auch für Komplementärmediziner. "Schließlich sollen gerade alternative Therapien passgenau auf die Patienten zugeschnitten sein. So achten wir bereits bei der Ausbildung unserer Mitglieder darauf, späterem Übertherapieren und damit nutzlosen Belastungen für die Patienten vorzubeugen."

Quelle: Ceccherelli F et al: The therapeutic efficacy of somatic acupuncture is not increased by auriculotherapy. *Complement Ther Med* 2006;14,47-52.

Akupunktur lindert Symptome der allergischen Rhinitis

Eine achtwöchige Akupunktur wirkte sich im Vergleich zu einer Scheinakupunktur positiv auf Symptome von Patienten mit andauerndem allergischem Schnupfen aus. Dies zeigte eine aktuelle Studie aus Australien.

Wie wirksam und sicher eine Akupunkturbehandlung bei allergischer Rhinitis (allergischer Schnupfen) ist, untersuchte ein australisches Forscherteam. 80 Patienten mit anhaltender allergischer Rhinitis erhielten nach dem Zufallsprinzip entweder eine Akupunktur oder eine Scheinakupunktur. Die Teilnehmer wurden acht Wochen lang zweimal täglich behandelt und über weitere zwölf Wochen lang beobachtet.

Die Forscher analysierten die Auswirkung der Behandlung auf Symptome wie „geschwollene Nase“, „laufende Nase“, „juckende Nase“ und „Niesen“.

Für das Symptom „laufende Nase“ war der Abfall des individuellen Symptomscores nach achtwöchiger Therapie unter der echten Akupunktur signifikant größer als unter der Scheinakupunktur, nicht jedoch für andere Symptome. Betrachteten die Forscher die durchschnittlichen Werte aller Symptome (den Gesamtsymptomscore), zeigte sich, dass die Akupunktur die Symptome einer allergischen Rhinitis besser lindern konnte als eine Scheinakupunktur.

Die Forscher vermuten, dass die Akupunktur in der symptomatischen Behandlung der anhaltenden allergischen Rhinitis wirksam ist.

Quelle: Nach Informationen der Fachzeitschrift „The Medical Journal of Australia“

Expertenrat Patienten fragen – Ärzte antworten

Wissen aus der Praxis: An dieser Stelle möchte wir Fragen beantworten, die von Patienten an uns herangetragen werden.

Frage



Hallo, ich habe Rückenschmerzen und interessiere mich für Akupunktur. Leider habe ich große Angst vor Nadeln. Gibt es eine Alternative, die nicht so weh tut? Ich habe was von Laser-Akupunktur gehört

Antwort



Sie haben das richtig gehört: Heute können moderne Lasergeräte die Wirkung von Akupunktur-nadeln voll ersetzen. Der Laserstrahl ist der Nadel in mancher Hinsicht sogar überlegen. Er kann in allen Bereichen der Akupunktur angewendet werden, am Körper wie am Schädel oder Ohr.

Unter einem „Laser“ versteht man ein Gerät, welches in der Lage ist, gebündeltes, gerichtetes Licht einer bestimmten Wellenlänge zu erzeugen. Dieses unterscheidet sich von natürlichem Licht unter anderem durch seine sehr große Energiedichte. Es kann sich um sichtbares oder unsichtbares Licht handeln.

Wenn das Laserlicht auf die Haut auftrifft, gibt es seine Energie zum Teil an die Zellen ab. Hierdurch und durch Verwendung ganz spezieller, genau ausgetesteter sogenannter Resonanzfrequenzen können Akupunkturpunkte und Reflexzonen beeinflusst werden. Diese stehen im Zusammenhang mit Energiebahnen, die man als Meridiane bezeichnet.

Fließt die Energie in diesen Bahnen im Gleichgewicht, so ist der Organismus gesund. Ein Ungleichgewicht oder eine Blockierung der Energie führt auf Dauer zu Krankheit, die unter Umständen an einer ganz anderen Stelle des Körpers sichtbar wird als an dem Ort, wo die Störung besteht.

Durch Ausgleich der Energie an den gestörten Akupunkturpunkten mit Hilfe des Lasers lässt sich

eine Hemmung des Energieflusses beseitigen. Es gibt inzwischen zahlreiche Akupunkturärzte, die mit dieser Methode arbeiten (Infos unter www.akupunktur.de).

Alles Gute!

Auroin: Rita Klowersa, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren – Chirotherapie, Berlin
Referentin der Deutschen Akademie für Akupunktur, München
E-mail: klowersa@aurikulo.de



Bildquelle: Strittmatter