



## Akupunktur & Moxibustion

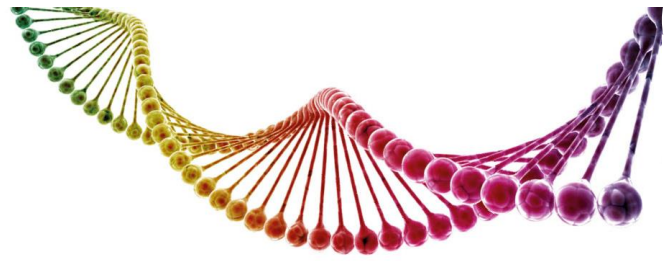


### Was versteht man unter Akupunktur?

Unser westlicher Begriff "Akupunktur" leitet sich aus acus (lateinisch für die "Nadel") und pungere (lateinisch für "Stechen") ab. Bei der Akupunktur werden spezifische Punkte des Körpers, die Akupunkturpunkte genannt werden, mit feinen Nadeln gestochen. Die Akupunkturpunkte sind charakterisiert durch standardisierte anatomische Strukturen und durch individuell besonders schmerzhafteste Punkte, die sogenannten "Ah Shi-Punkte". Je nach Körperregion werden die Nadeln nur einige mm bis cm tief gestochen. Die Nadeln verweilen dann je nach Krankheitsbild 15-45 Minuten und werden eventuell durch leichtes Drehen der Nadeln nachstimuliert. Dabei liegt die Vorstellung zu Grunde, dass durch die Stimulation der Akupunkturpunkte energetische Blockaden gelöst, der Energiefluss des Körpers wieder zum Fließen gebracht wird und Ungleichgewichte von Organsystemen wieder ausgeglichen werden.

### Bei welchen Erkrankungen hilft Akupunktur?

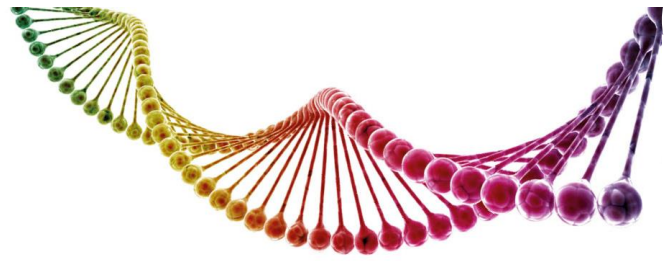
In China ist die Akupunktur eine der fünf Ecksäulen der TCM. Die wissenschaftliche Bewertung der Akupunktur ist zum gegenwärtigen Zeitpunkt trotz einer Vielzahl von durchgeführten Untersuchungen noch immer schwierig. Ein ausführliches Gespräch, ein sogenanntes Erstgespräch, mit Ihrem behandelnden Therapeuten in unserem Institut kann für Ihren individuellen Fall Klärung schaffen.



## Gibt es Nebenwirkungen der Akupunktur?

Die Akupunktur ist bei fachgerechter Anwendung eine sichere Methode. Es können allerdings auch Nebenwirkungen und Komplikationen auftreten, die dem Therapeuten und dem Patienten vor Beginn der Therapie bekannt sein sollten:

- Bei vegetativ- und/oder psychisch labilen Patienten kann es vor allem in sitzender Haltung zum Auftreten einer Kollaps- und Ohnmachts-Neigung (ca. 5%), gelegentlich auch zu Übelkeit und Erbrechen kommen. Daher ist die Behandlung grundsätzlich im Liegen durchzuführen
- Nach der Akupunkturbehandlung ist das Konzentrationsvermögen möglicherweise beeinträchtigt. Achtung: die Verkehrstauglichkeit kann nach der Therapie eingeschränkt sein!
- Lokale, muskelkaterähnliche Schmerzen treten im Zusammenhang mit einer Akupunkturbehandlung gelegentlich kurzzeitig auf. Sie können eine normale Reaktion auf die Behandlung sein oder auch durch Muskelbewegungen des Patienten während der Behandlung ausgelöst werden. Der Patient sollte sich deshalb während der Behandlung nicht bewegen.
- Als häufige aber milde und zeitlich begrenzte Nebenwirkung können sich Symptome verschlimmern.
- Des Weiteren wurde vereinzelt von lokalen Blutungen, sowie Blutergüssen durch eine Akupunkturbehandlung berichtet.
- Bei unsachgemäßer Sterilisation von wiederverwendbarem Nadelmaterial sowie bei übermäßiger Verletzung der Haut können in seltenen Fällen lokale Infektionen auftreten. Dokumentiert sind außerdem seltene systemische Infektionen wie Hepatitis B (Leberentzündung durch Viren), HIV sowie sonstige ernsthafte Infektionen im Zusammenhang mit unzureichender Sterilisation von Akupunkturnadeln oder mangelhafter Hygiene. Deshalb verwenden wir in unserem Institut nur sterile Einmalnadeln.
- Festgehalten sind weiterhin Organverletzungen wie eine Verletzung der Lunge (sogenannter Pneumothorax), Herzbeutelamponade sowie Verletzungen des Rückenmarkes, der Gallenblase und der Augen. Auch diese Verletzungen treten nur bei nicht sachgemäßer Anwendung, bei unzureichenden Anatomiekenntnissen oder bei grob fahrlässiger Anwendung auf. Sie stellen schwere Kunstfehler und keine Nebenwirkungen dar und sind durch adäquate Schulung und ausreichende Erfahrung der TCM-Therapeuten vermeidbar.



### **Tut Akupunktur weh?**

Das Schmerzempfinden ist bei Menschen unterschiedlich ausgeprägt. Bei der Akupunktur werden sehr feine Nadeln gestochen, die in der Regel nur 1/10 der Dicke einer Stecknadel haben, und in den meisten Fällen weniger schmerzhaft als eine Blutabnahme empfunden werden. Je nach Körperregion spürt man den Einstich kaum oder ist empfindlicher, wie etwa in der Gesichtsregion.

Bei manchen Erkrankungen ist die Auslösung eines "De Qi" - Gefühls notwendig. Dies wird z.B. durch Drehen der Akupunkturnadeln erreicht und wird als leichtes dumpf-ausstrahlendes Gefühl beschrieben. Bei dem Einstich der Akupunkturnadel kann man gelegentlich einen scharfen ausstrahlenden Schmerz spüren. Informieren Sie Ihren Therapeuten darüber, wenn dieses Gefühl anhalten sollte. Es ist ein Indikator dafür, dass ein Nerv gereizt wurde durch die Akupunkturnadel. Dies sollte durch Positionsänderung der Nadel korrigiert werden.

### **Was versteht man unter Ohrakupunktur?**

1956 stellte der französische Arzt Paul Nogier auf einem Akupunkturkongress in Marseille die "Aurikulothérapie" ("aurikolo" = lateinisch für Ohr) vor. Diese Therapieform wurde von Nogier anhand seiner persönlichen Erfahrungen über Reflexzonen und Reflexpunkte des Ohres entwickelt. Es ist noch nicht geklärt, ob 2000 Jahre alte chinesische Schriften ebenfalls von Akupunkturpunkten am Ohr berichtet haben sollen.

In der Vorstellung der Ohrakupunktur nach Nogier ist der gesamte menschliche Körper im Ohr abgebildet, und zwar wie ein Embryo mit dem Kopf nach unten. Dabei projiziert sich der Kopf des Embryos auf das Ohrläppchen des Ohres. Auf der äußeren Knorpelfurche des Ohres bildet sich die Wirbelsäule ab, im oberen Teil der Ohrmuschel sind die angewinkelten Beine abgebildet. Die inneren Organe des Körpers projizieren sich auf das Innere der Ohrmuschel. Mithilfe der Stimulation bestimmter Ohrregionen oder Punkte durch feine Akupunkturnadeln oder aufgeklebte Samenkörner wird Einfluss auf den Körper genommen.

### **Was versteht man unter Elektroakupunktur?**

Bei der elektrischen Stimulation von Akupunkturpunkten wird mit Hilfe von Steckerverbindungen oder sogenannten "Krokodilklemmchen" elektrischer Strom über die



Akupunkturnadeln in die Akupunkturpunkte geleitet. Dies soll bei bestimmten Erkrankungen die Therapie der Akupunktur verstärken. Der Patient sollte ein leichtes Kribbeln an den entsprechenden Punkten verspüren. Vorsicht ist geboten bei Patienten mit

- Herzschrittmachern
- in der Schwangerschaft
- unter Schockzuständen
- bei Epilepsie
- und fieberhaften Zuständen.

### **Was ist eine Moxibustionsbehandlung?**

Unter Moxibustion versteht man das Abbrennen von getrockneten Blättern des Beifußkrautes (lat. = *Artemesia vulgaris*) zur externen Stimulation von Akupunkturpunkten oder Akupunkturmeridianen. Dabei wird das getrocknete und gerollte Kraut auf die Akupunkturnadeln gesteckt und auf der Nadel verbrannt. Darüber hinaus kann es als "Zigarren" gerollt oder in einem Kästchen entzündet an spezifische Akupunkturpunkte gehalten werden, um so eine lokale Erwärmung des Punktes zu verursachen.

### **Wie wirkt eine Wärmelampenbehandlung?**

Ähnlich wie bei der Moxibustion handelt es sich bei dem Einsatz von Langwellen-Wärmelampen auf spezielle Körperareale um eine Wärmeanwendung, die den Effekt einer Akupunkturbehandlung unterstützen kann. Durch das Abbrennen des Moxakrautes oder dem Einsatz einer Langwellenwärmelampe werden in der Vorstellung der TCM die Akupunkturmeridiane gewärmt und die Kälte ausgetrieben. Nach der Vorstellung der TCM soll weiterhin der freie Fluss von Qi und Blut gefördert und Schwellung sowie Akkumulationen von krankheitserregenden Faktoren eliminiert werden.