

# Akupunktur

Die Akupunktur ist das bekannteste Verfahren der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und wird in China seit über 3000 Jahren erforscht und angewendet.

In den letzten 50 Jahren kam es zu einer weltweiten Verbreitung dieser Methode und wird mittlerweile auch in Deutschland von vielen Ärzten erfolgreich angewandt.

Nach den Vorstellungen der TCM fließt die Lebensenergie des Menschen in Leitbahnen, den sogenannten Meridianen durch den Körper.

Krankheiten entstehen durch eine Störung dieses Energieflusses, indem es zu einem Zuviel oder Zuwenig von Energie in einzelnen Organen bzw. Leitbahnen kommt.

Durch Stechen von gezielt ausgewählten Akupunkturpunkten auf den Leitbahnen werden die Energie-Blockaden gelöst und ein harmonischer Energiefluss wiederhergestellt.

Die Dicke einer Akupunkturnadel beträgt etwa 0,20-0,35 mm, das entspricht etwa dem halben Durchmesser einer Injektionsnadel.

Das Verfahren ist relativ schmerzarm und frei von schwerwiegenden Nebenwirkungen (siehe auch Patientenaufklärung zur Akupunktur).

Spezielle Methoden der Akupunktur sind Erwärmung einzelner Akupunkturpunkte mit Beifuß-Kraut (Moxa) und die Behandlung von Mikrosystemen (Ohrakupunktur, Schädelakupunktur...).

Andere Verfahren der Traditionell Chinesischen Medizin, welche die Akupunkturbehandlung ergänzen sind die chinesische Ernährungslehre, chinesische Kräutertherapie, Bewegungslehren wie Qi Gong und Tai Chi sowie spezielle Massageformen (Tuina-Massage).

Die Akupunktur hat sich im Westen vor allem zur Behandlung von Schmerzen am Bewegungsapparat (Rückenschmerzen, rheumatische Schmerzen Arthroseschmerzen) und Kopfschmerzen durchgesetzt.

Es gibt darüber hinaus noch viele weitere internistische Erkrankungen, bei denen sich die Akupunktur bewährt hat, z.B.

-

Allergien und Heuschnupfen

-

chronische Erkältungskrankheiten

-

Nebenhöhlenentzündungen

-

Asthma bronchiale

-

Zur Raucherentwöhnung

-

Übergewicht und Esssucht

-

Menstruationsbeschwerden

-

Schlafstörungen

-

...

Vorraussetzung für die Anwendung der Akupunktur ist zum einen eine gründliche westlich - schulmedizinische Diagnostik, um gefährliche Krankheitsbilder wie Tumorerkrankungen, Bluterkrankungen, bakterielle Entzündungen und ähnliches auszuschließen.

Weiterhin erfordert eine Behandlung mittels Akupunktur ein ausführliches Vorgespräch, weil es sich um ein sehr differenziertes und individuelles Verfahren handelt.

Dies führt auch dazu, dass die Wirksamkeit der Akupunktur (wie auch anderer naturheilkundlicher Verfahren) mit westlichen wissenschaftlichen Methoden nur eingeschränkt beurteilbar ist.

Viele Menschen auch und gerade Mediziner zweifeln die Wirksamkeit der Akupunktur aus Unkenntnis heraus generell an oder schreiben ihr lediglich eine Placebo-Wirkung zu.

Es gibt aber mittlerweile beeindruckende Studien mit mehreren tausend Teilnehmern, bei denen die Akupunktur gegenüber herkömmlicher schulmedizinischer Therapie bei den Krankheitsbildern „Rückenschmerz“, „Kopfschmerz“ und „Kniegelenkschmerz“ gleich gut bzw. besser abschnitt (GERAC-Studie, 2006).

Eine große internationale Untersuchung, die Online in der Fachzeitschrift Archives of Internal Medicine veröffentlicht wurde, zeigt, dass Akupunktur bei chronischen Rücken-, Schulter-, Kniegelenks- und Kopfschmerzen nicht nur wirksamer als eine Routinebehandlung ist, sondern auch besser hilft als eine so genannte Scheinakupunktur.

Für die so genannte "individual patient data" Meta-Analyse unter der Federführung von Andrew Vickers vom Memorial Sloan Kettering Cancer Centre in New York wurden die individuellen Daten von 17.922 Patienten aus insgesamt 29 Studien in einer großen Datenbank zusammengeführt.

Berücksichtigt wurden ausschließlich Studien, in denen die Patienten in angemessener Weise strikt zufällig einer Akupunktur- oder einer oder zwei Kontrollgruppen zugeteilt worden waren.

Akupunktur schneidet gut ab

In einem Teil der Studien wurde Akupunktur mit Scheinakupunktur verglichen. Letztere wurde in Form einer oberflächlichen Nadelung außerhalb bekannter Akupunkturpunkte vorgenommen. In anderen Studien wurden die mit Akupunktur behandelten Patienten mit Patienten, die keine Akupunktur erhielt, verglichen. Manche Studien verglichen alle drei Optionen miteinander. Bei allen vier untersuchten Indikationen schnitt die Akupunktur statistisch signifikant besser ab als die Kontrollgruppen.

Siehe auch

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22965186>

<http://derstandard.at/1345166774255/Akupunktur-bei-chronischen-Schmerzen-wirksamer-als-Placebo>

Aufgrund der deutlichen Ergebnisse ist die Akupunktur bei chronischen Schmerzen der Kniegelenke und der Lendenwirbelsäule mittlerweile eine Kassenleistung.

Bei anderen Krankheitsbildern dürfen die gesetzlichen Krankenkassen die Akupunktur zur Zeit nicht übernehmen, wir rechnen sie daher privat nach GOÄ (Gebührenordnung der Ärzte) ab.

Dr. Diener begann seine Ausbildung in Akupunktur bei der „Academy for Chinese Acupuncture“ und dem Ärzte-Forum für Akupunktur in Hamm.

Den zweiten Teil seiner Ausbildung absolvierte er bei der Deutschen Ärztesgesellschaft für Akupunktur, bei der er weiterhin Mitglied ist.

Regelmäßig bildet er sich mittels Qualitätszirkeln, Seminaren und Kongressen in der Akupunktur fort.