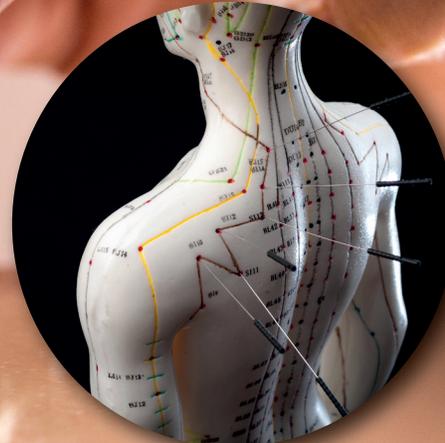


Medizinwissen

Akupunktur stimuliert die Energie des Körpers

Akupunktur ist eines der Heilverfahren aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Sie betrachtet den Menschen ganzheitlich: Körper, Geist und Seele bilden eine Einheit. Zentrales Element der TCM ist, die Energie – das Qi – harmonisch durch den Körper fließen zu lassen. Diesem Gedanken sind in Westeuropa inzwischen auch viele Arztpraxen eng verbunden.



Nach der Lehre der TCM fließt die Energie durch zwölf Bahnen unseres Körpers. Diese Energiebahnen werden Meridiane genannt und liegen direkt unter der Haut. So gibt es zwei Herz-Meridiane, bei denen die Energie von oben nach unten fließt. Sie beginnen jeweils in der Mitte der Achselhöhle und reichen bis zum kleinen Finger. Weitere Meridiane sind z. B. der Hauptmeridian, der Lungen-Meridian oder der Schilddrüsen-Meridian. Auf ihnen verteilen sich 365 Akupunkturpunkte, die alle mit einem Körperteil oder Organ verbunden sind. Ist der Energiefluss an einem Punkt gestört, wirkt sich das möglicherweise negativ auf das entsprechende Organ aus.

Dammbruch im Reisfeld

Mithilfe von Akupunkturnadeln stimuliert der Arzt oder Heilpraktiker bestimmte Punkte, um Blockaden zu lösen und die Energie wieder in Fluss zu bringen. Damit werden auch der Fluss von Blut und Lymphe, das Nervensystem und die Faszen beeinflusst. Aus China kommt der Vergleich des menschlichen Körpers mit einem großen Reisfeld, dessen Terrassen bewässert werden. Bei Staus, Dammbrüchen, Ebbe und Flut gerät der Wasserfluss aus den vorgesehenen Bahnen. Wer als Akupunkteur den Energiefluss des Körpers in die richtigen Bahnen zurücklenkt, sorgt diesem Bild zufolge für die Selbstheilung des Körpers und beugt weiteren Erkrankungen vor.

Nadeln in der Handkante

Die Wirksamkeit der Akupunktur wird inzwischen bei bestimmten Erkrankungen von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt. Sie übernehmen die Behandlung bei chronischen Rückenschmerzen der Lendenwirbelsäule sowie des Kniegelenks, wenn die Schmerzen mindestens sechs Monate andauern. Bei Rückenpatienten setzen die Akupunkteure die Nadeln jedoch nicht nur dort, wo es schmerzt, sondern auch an Handkanten, Fersen oder Kniegelenken. Denn ganzheitlich betrachtet kann die Energie von den unterschiedlichsten Punkten aus aktiviert werden. Welche Punkte das

genau sind, hängt von der Anamnese ab. Das Erstgespräch nimmt in der Regel viel Zeit in Anspruch.

Akupunktur bei Schwangeren

Viele Frauenärzte, Hebammen und Kliniken bieten ab der vollendeten 36. Schwangerschaftswoche (SSW) Akupunktur an, um die Geburt zu erleichtern. Studien zufolge reift der Muttermund besser. Die Wehen verlaufen koordinierter, sodass sich die Dauer der Geburt verkürzen lässt. Akupunktur unter der Geburt kann Schmerzmittel vermeiden.

Vor Ende der 36. SSW raten viele Gynäkologen von Akupunktur ab, um die Gefahr einer Frühgeburt auszuschließen. Andere lindern Schwangerschaftsübelkeit mithilfe einer sanften Nadelung, z. B. an der Außenseite des Schienbeins.

Ohrakupunktur bei psychischen Beschwerden

Betrachten wir das Ohr aufmerksam, so ähnelt es einem auf dem Kopf liegenden Embryo. Dieses Bild hilft, um die Akupunkturpunkte am Ohr zu beschreiben. Es sind über 200. Über das Ohr werden häufig psychische Beschwerden behandelt. So gibt es einen Frustpunkt, einen Antidepressionspunkt und einen Antiaggressionspunkt. Da sich über bestimmte Punkte der Appetit zügeln lässt, wird die Ohrakupunktur auch zum Abnehmen genutzt.

Beruhigende und anregende Griffe am Fuß

Auch die Fußsohle lässt sich in Zonen unterteilen, die unseren Körper widerspiegeln. Die Zehen entsprechen Hals und Kopf, der Mittelfuß steht für Brust und Oberbauch, die Ferse für die Organe in Bauch und Becken. Die Therapeuten wenden hier keine Akupunktur an, sondern wechseln zwischen beruhigenden und anregenden Griffen mit mehr oder weniger Druck, um die entsprechenden Organe zu aktivieren. Diese sogenannte Fußreflexzonenmassage eignet sich allerdings nicht bei Brüchen und Wunden am Fuß, Pilzbefall, diabetischem Fuß und Rheuma.

Hätten Sie es gewusst? Der Praxisfall

Eine 80-jährige Patientin klagt darüber, dass sie unscharf sieht. Sie erzählt außerdem, dass ...

- sie das Problem schon seit einigen Monaten beobachtet und es immer schlimmer wird.
- sie wegen des schlechten Sehens sehr unsicher auf den Beinen ist und fast schon gefallen wäre.
- ihr das Lesen sehr schwerfällt. Ausgerechnet auf der Mitte der Seite ist immer alles unscharf. Bewegt sie die Augen, wandert die Unschärfe mit.
- sie bereits an beiden Augen am Grauen Star (Katarakt) operiert wurde. Das könne es also nicht sein.

Aus der Patientenakte weiß die MFA, dass die Patientin starke Raucherin ist. Das bringt sie auf eine Idee. Was könnte die Patientin haben?

Die altersabhängige Makuladegeneration (AMD) ist eine chronische Erkrankung an der Makula im Zentrum der Netzhaut. Diese Stelle ist für das scharfe Sehen sehr wichtig. Meist betrifft die Degeneration beide Augen. Sie ist auf eine Stoffwechsellstörung zurückzuführen, die durch Rauchen begünstigt wird. Die Medizin unterscheidet die trockene von der feuchten AMD.

10-Code H35.3
Degeneration der Makula, ICD-

Medizinwissen

Zuwendung und Entspannung fördern den Erfolg der Akupunktur

Sollten Sie in Ihrer Praxis Akupunktur anbieten, begeben Sie sich auf eine Gratwanderung: Je angenehmer das Ambiente, desto besser wirkt die Akupunktur. Allerdings arbeiten Sie in einer Arztpraxis, nicht in einer Wellnessoase. Finden Sie den richtigen Mittelweg!

Akupunkturnadeln bleiben für 20 bis 30 Minuten im Körper. Wenn ein Patient während dieser Zeit friert, sich unwohl fühlt oder von den Geräuschen der Praxis abgelenkt wird, kann er sich nicht gut entspannen. Da eine Behandlung meist über zehn Termine in maximal sechs Wochen reicht, fragt er sich unter Umständen nach der zweiten oder dritten Sitzung, ob Akupunktur ihm überhaupt etwas bringt. Doch es geht auch anders!

Fallbeispiel 1: Eine Facharztpraxis für Orthopädie bietet Akupunktur gegen chronische Schmerzen an Lendenwirbelsäule und Knie an. Akupunktiert wird in einem weißen, lichtdurchfluteten Raum. Den Patienten wird angeboten, während der Behandlung Meeresrauschen oder sanfte Musik zu hören. Auch können sie entscheiden, ob ein hochwertiges Duftöl in eine Aromaschale gegeben wird.

Fallbeispiel 2: Eine Fachärztin für Anästhesie hat sich auf Akupunktur gegen Migräne und Kopfschmerz spezialisiert. Nachdem sie die Nadeln gesetzt hat, legt sie eine Decke über den Patienten. Alle zehn Minuten kommt eine MFA, um die Nadeln leicht zu drehen. Das verstärkt den Heilungsprozess. Außerdem erkundigt die MFA sich nach dem Befinden der Patienten.

Beide Praxen haben es verstanden, Akupunktur in einem seriösen medizinischen Rahmen anzubieten. Dennoch passt das Ambiente zur Akupunktur. Zuwendung und Entspannung unterstützen die Behandlung.

Erstverschlimmerung gibt es selten

Informieren Sie Akupunkturpatienten darüber, dass die Beschwerden nach der ersten oder zweiten Sitzung intensiver werden können. Das ist ein Zeichen dafür, dass die Selbstheilungskräfte angestoßen wurden. Spätestens nach dem dritten Termin hört die Erstverschlimmerung auf. Meist stellt sich dann eine deutliche Verbesserung ein. Auch ist die Erstverschlimmerung im Falle der Akupunktur seltener als bei anderen alternativen Heilmethoden wie beispielsweise der Homöopathie. Denn gute Akupunkteure beginnen sanft und vorsichtig.

Machen Sie kein Geheimnis daraus

Es kommt immer wieder vor, dass Patienten weite Wege zur Akupunktur auf sich nehmen. Dann wissen sie unter Umständen nicht, dass ihr eigener Hausarzt ebenfalls eine Weiterbildung absolviert, seine Kenntnisse in Schmerztherapie und Psychosomatik vertieft und eine Genehmigung der Kassenärztlichen Vereinigung erhalten hat. Sollte Ihre Praxis also Akupunktur anbieten, machen Sie die Patienten im Gespräch und über Informationen im Wartezimmer darauf aufmerksam. Ist die Akupunktur bei einer Erkrankung nur als IGeL abrechenbar, können Ihre Patienten vor Behandlungsbeginn bei ihrer Kasse klären, ob sie die Akupunktur bezuschusst oder sogar komplett übernimmt.