

## Welche Rolle spielt die Vorgeschichte der Krankheit?

Um sich ein genaues Bild vom Gesundheitszustand seines Patienten zu machen, sammelt der Arzt/die Ärztin nach schulmedizinischer Abklärung der Beschwerden in einem Erstgespräch, der so genannten *Anamnese*, sämtliche Informationen zur Krankengeschichte des Patienten.

Dazu gehören neben einer Beschreibung der aktuellen Beschwerden auch Angaben darüber, wodurch diese schlimmer oder leichter werden und was diese ausgelöst haben könnte.

Der eigentlichen Behandlung geht also eine ausführliche Befragung voraus.

Wichtige Hinweise geben dem Arzt/der Ärztin Angaben über die Qualität des Schlafs, den Appetit, die körperliche Belastbarkeit, die seelische Stimmungslage, über Urin, Stuhlgang und Verdauungsbeschwerden.

Auch berufliche oder familiäre Belastungen, Menstruationsunregelmäßigkeiten, Hitze- oder Kälteabneigung sind von Bedeutung.

Nun kann ein Akupunkturarzt eine „chinesische“ Diagnose stellen und die geeignete Behandlungsmethode bestimmen.

## Wann spürt man eine Besserung?

Grundsätzlich gilt: Je länger eine Erkrankung besteht, desto länger muss sie behandelt werden.

Bei chronischen Erkrankungen (Krankheiten und Beschwerden, die länger als drei bis sechs Monate andauern), spürt man in der Regel zwischen der dritten und sechsten Sitzung eine positive Veränderung.

Erst nach etwa fünf bis sechs Sitzungen lässt sich genauer abschätzen, wie viele Behandlungen noch notwendig sind.

## Wie lange hält der Therapie-Erfolg an?

Die heilende Wirkung einer Akupunktur hält bei Mitarbeit des Patienten oft ein Leben lang an.

Je nach individueller körperlicher und seelischer Belastung, Fehlernährung oder ungesunder Lebensführung kann es aber auch nach einer gewissen Zeit zu erneuten Beschwerden kommen, so dass weitere Behandlungen oder eine Auffrisch-Akupunktur notwendig werden.

## Wer kann eine Akupunkturbehandlung erhalten?

Für eine Akupunkturtherapie gibt es keine Altersgrenze, auch hochbetagte Menschen können von ihr profitieren. Babys und Kleinkinder reagieren oft sogar besonders sensibel, hier genügt manchmal schon sanfte Massage entlang der Akupunkturpunkte (Akupunktmassage) oder eine schmerzlose Laserakupunktur.

Für Schulkinder gibt es neben der Laserakupunktur auch noch die Möglichkeit, mit extrem dünnen, schmerzarmen Nadeln zu behandeln.

## Was kostet eine Akupunkturbehandlung?

Eine Akupunkturbehandlung kostet 35 € pro Sitzung.

Bei chronischen Knie- und Lendenwirbelsäulenerkrankungen übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen die Kosten der Akupunktur (10 Sitzungen pro Jahr).

Viele private Krankenversicherungen erstatten Akupunktur im Rahmen einer Schmerzbehandlung, also z.B. bei Kopf-, Gelenk- und Wirbelsäulenschmerzen. Bei anderen Beschwerden ist es empfehlenswert, sich mit der Krankenkasse in Verbindung zu setzen.

# Akupunktur



**GEMEINSCHAFTSPRAXIS**

**Dr. med. Albrecht Bullinger**

Facharzt für Allgemeinmedizin

**Dr. med. Rainer Pfau**

Facharzt für Innere Medizin

Individuelle Gesundheitsleistungen



**praxis@bullingerpfau.de**  
**www.bullingerpfau.de**

## Empfehlung Akupunkturbehandlung?

Die Chinesische Medizin betrachtet den Menschen in seiner Ganzheit und ist nicht in einzelne Fachrichtungen getrennt, wie unsere westliche Medizin. Ihr Anliegen ist es, Krankheiten nicht nur zu heilen, sondern auch der Entstehung schwerer und chronischer Krankheiten vorzubeugen.

Die Akupunktur, eine wichtige chinesische Heilmethode, wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und führenden Akupunkturgesellschaften für viele Krankheitsbilder empfohlen. Eine Auswahl davon haben wir in dieser Broschüre für Sie zusammengestellt.

In vielen Fällen ist die **Nadeltherapie** genauso wirksam oder sogar wirksamer als westliche Therapien. Grundsätzlich gilt aber:

Akupunktur kann heilen, was gestört ist, sie kann aber nicht „reparieren“, was bereits zerstört ist.

So kann sie bei einer Gelenkerkrankung (Arthrose) mit Knorpelschädigungen nicht den Verlust des Knorpels rückgängig machen. Sie kann aber die damit einhergehenden Schmerzen an Bändern, Muskeln und im Bereich der Gelenkkapsel deutlich verringern.

Durch eine Akupunkturbehandlung schwillt das Gewebe ab, es wird besser durchblutet, Gelenk und Muskulatur werden beweglicher und trainierbarer der Schmerz lässt nach.

## Wo hilft Akupunktur?

### **Akute und chronische Schmerzen, wie z.B.:**

- Kopfschmerzen
- Rücken- und Gelenkschmerzen
- Fibromyalgie (Faser-Muskel-Schmerz)
- Tumorschmerzen
- Schmerzen des Kau- und Zahnsystems

### **Erkrankungen des Bewegungssystems, wie z.B.:**

- Schmerzen an Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule
- Sehnen- und Gelenkerkrankungen
- Tennisellenbogen
- chronische Hüftgelenkschmerzen
- Kniegelenkschmerzen
- Karpaltunnel-Syndrom
- Arthroseschmerzen

### **Erkrankungen der Atemwege, wie z.B.:**

- Heuschnupfen

### **Neurologische Krankheiten, wie z.B.:**

- Migräne
- Neuralgien, z.B. bei Gürtelrose.
- Facialisparese (Gesichtslähmung)
- Trigeminusneuralgie
- Mitbehandlung bei Lähmungen

### **Vegetative Störungen, wie z.B.:**

- Schlaflosigkeit
- Erschöpfungssyndrom
- funktionelle Herzbeschwerden

### **Suchtkrankheiten, wie z.B.:**

- Ess-Sucht
- Nikotinmissbrauch

## Wie wirkt Akupunktur?

An bestimmten Punkten des Körpers werden die dünnen Akupunkturnadeln platziert, wo sie etwa 20 bis 30 Minuten verbleiben und ihre heilsame Wirkung entfalten, während sich der Patient auf der Liege entspannt.

Die meisten Patienten empfinden die Akupunktur nicht selten schon bei der ersten Behandlung als wohltuend,

entspannend und oft verblüffend schnell wirksam.

Westliche Wissenschaftler erforschen die Wirkung der Akupunktur intensiv und konnten in vielen Untersuchungen nachweisen, dass die chinesische Heilmethode bei einer Fülle von Erkrankungen hilft, oft gerade dann, wenn eine herkömmliche Behandlung erfolglos blieb.

Was genau bei einer Akupunktur im Körper abläuft, ist wissenschaftlich noch nicht restlos aufgeklärt. Dank moderner wissenschaftlicher Untersuchungsverfahren konnte die Akupunkturwirkung in den letzten Jahren aber viel besser erklärt werden.

In mehreren Studien wurde nachgewiesen, dass das Nadeln bestimmter Akupunkturpunkte spezielle Wirkungen entfaltet, z.B. Linderung von Übelkeit und Erbrechen, Verminderung der Schmerzempfindlichkeit oder Förderung der Wehen.

Die heilende Wirkung kommt u.a. dadurch zustande, dass der stimulierende Reiz der Nadeln im Gehirn eine vermehrte Ausschüttung schmerzlindernder und stimmungsaufhellender Substanzen auslöst, die oft auch als „Glückshormone“ bezeichnet werden.

## Gibt es bei der Akupunktur Nebenwirkungen?

Eine fachgerecht durchgeführte Akupunktur hat kaum Nebenwirkungen, da die Nadeln auf eine Mobilisierung der Selbstheilungskräfte des Körpers abzielen. Wie z.B. bei der Homöopathie können sich zu Beginn der Therapie einzelne Symptome vorübergehend verstärken, man spricht hier von der „Erst-Reaktion“.

Gelegentlich kommt es zu leichten Blutergüssen oder blauen Flecken, auch kurze Kreislaufreaktionen können während einer Akupunkturbehandlung auftreten, normalisieren sich aber schnell.

Um Infektionen zu vermeiden, werden sterile Einmalnadeln aus Edelstahl verwendet.