



Akupunktur

– Teil 2 –

von Lutz-Michael Schäfer, Leitender HNO-Arzt der Habichtswald-Klinik Kassel

In der letzten TF-Ausgabe stellte Lutz-Michael Schäfer, Leitender HNO-Arzt der Habichtswald-Klinik in Kassel und niedergelassener HNO-Arzt, ausführlich die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und deren Philosophie dar. Ergänzend dazu führt er im vorliegenden Beitrag aus, wie die Akupunktur wirkt und bei welchen Indikationen sie sich eignet. Insbesondere geht er dabei auf die Akupunktur bei psychosomatischen Funktionsstörungen ein.

Die aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) stammende Akupunktur ist eine der ältesten Therapieformen überhaupt. Sie ist wohl die bekannteste der asiatischen Heilmethoden, stellt aber im eigentlichen Sinne nur einen Teil der Traditionellen Chinesischen Heilkunde dar. Hier müssen die Phytotherapie, die Atembewegungstherapie sowie die Diätetik ebenfalls erwähnt werden. Interessant dabei ist, dass Phytotherapie, Atembewegungstherapie, Meditation und Ordnungstherapie sowie Diätetik Entsprechungen in der westlichen Naturmedizin finden. Man denke hier nur an die Lehre von Pfarrer Kneipp, der sich ja auch Pflanzentherapie, Ordnungstherapie, Ernährungstherapie und Bewegungstherapie auf die Fahne geschrieben hatte. Bemerkenswert ist jedoch, dass keine andere Medizintradition sich im Westen der Akupunktur angenähert hat.

Der Begriff Akupunktur umfasst heute sehr unterschiedliche Richtungen. Traditionell

bedeutet der eigentliche chinesische Name Stechen und Brennen. Heute umfasst die Akupunktur nicht nur die Nadelung und die Moxibustion (Wärmebehandlung) selber, sondern auch Schädelakupunktur, Zungenakupunktur, Ohrakupunktur, Elektroakupunktur nach Voll und Laserakupunktur sowie auch die koreanische Handakupunktur.

Meiner Ansicht nach stellt die Akupunktur in jeder Form heute eine wertvolle und wichtige Ergänzung der westlichen Medizin dar, die trotz unserer teilweise hervorragenden diagnostischen sowie therapeutischen Konzepte und trotz aller bewundernswerter Fortschritte teilweise unbefriedigend bleibt. Wichtig ist bei der Akupunktur auch das Abwägen der Indikation sowie das Abwägen, sie gegebenenfalls in Verbindung mit westlicher Medizin einzusetzen.

Die Wirksamkeit der Akupunktur bei vielen funktionellen Beschwerdebildern

insbesondere auch im Rahmen der Schmerztherapie bei weitgehender Freiheit von Nebenwirkungen verleiht ihr einen beachtlichen Stellenwert, sodass sie heute auch nicht mehr eine Außenseitermethode darstellt. Der gravierende Unterschied zur westlichen Medizin ist jedoch, dass in der Chinesischen Medizin der Mensch als Teilhaber von über ihn hinausgreifenden Wechselbeziehungen und Entwicklungsprozessen in Einklang mit der Natur begriffen wird. Sämtliche Funktionsabläufe werden in der Akupunktur als Wechselwirkungsprozesse innerhalb dieser Regelkreisläufe angesehen.

In der Akupunktur geht es also weniger um die reine Physiologie oder Pathophysiologie einzelner Organe, sondern es geht mehr um das funktionelle Zusammenspiel der Anatomie und anderer physiologischer Verknüpfungen in unserem Körper. Deshalb kann die Akupunktur nie alleine gesehen werden.

Stattdessen muss die Akupunktur in die Traditionelle Chinesische Medizin miteingebunden werden, sodass sich Grundkenntnisse der klassischen Akupunktur und der Chinesischen Heilkunde, speziell die Kenntnisse der Fünf-Elemente-Lehre, für unverzichtbar halte.

Trotz der Bemühung, den Stoff möglichst knapp zu vermitteln, war im ersten Teil dieses Artikels (siehe TF 2/2019, Seite 36–39) eine ausführliche Darstellung der Chinesischen Medizin notwendig, damit wir im Detail die Akupunktur nicht wie ein Kochrezept verstehen, im Sinne von: für die und die Erkrankung gibt es die und die Nadeln, die an die und die Punkte gesetzt werden.

Akupunkturwirkungen und sich daraus ableitende Indikationen

1. Analgetische Wirkung

Dieser Effekt der Akupunktur ist bis heute am meisten erforscht. Die Akupunktur bewährt sich hier bei Schmerzsyndromen wie zum Beispiel Spannungskopfschmerz, Migräne und im Bereich des Bewegungsapparates, hervorgerufen durch eine höhere Ausschüttung an Endorphinen.

2. Sympathikolytische Wirkung

Eine Steigerung der peripheren Durchblutung tritt ein, wenn zum Beispiel an speziellen Akupunkturpunkten eine Stimulation beziehungsweise Elektrostimulation vorgenommen wird. Von Punkten an der Hand lässt sich auf diese Art und Weise eine gesteigerte Durchblutung der unteren Extremitäten bis zu den Zehen auslösen. Dieses Verfahren wird in skandinavischen Kliniken durchaus angewandt.

3. Motorische und spasmolytische Wirkung

Durch Nadelung spezifischer Lokalpunkte, aber auch Fernpunkte können Muskelverspannungen und Funktionsbeeinträchtigungen am Bewegungsapparat gebessert werden.

4. Wirkung auf das Immunsystem

In Heidelberg erschien schon 1995 eine Studie über die immunmodulierende Wirkung der Akupunktur als ergänzende Therapie bei allergischem Asthma. Hier wurde nachgewiesen, dass es zu einer signifikanten Abnahme von IgE und eosinophilen Leukozyten sowie anderer immunologischer Parameter kam.



5. Endokrine Wirkung

Auch hormonelle Wirkungen der Akupunktur sind durch Studien belegt. Unter anderem können viele Hebammen von den wunderbaren Wirkungen der Geburtseinleitungsakupunktur berichten.

6. Vegetative sedierende oder psychische Wirkungen

Die Akupunktur wirkt hier neurovegetativ ausgleichend und spielt bei der Sedierung eine wichtige Rolle. Dieser sedierende Effekt zeigt sich oft schon in der Behandlung während der Sitzung. Die Patienten werden oft gut relaxiert und haben das Gefühl, in die Unterlage einzusinken, und manchmal schlafen sie sogar ein.

Die Weltgesundheitsorganisation hat bereits in den 1970er-Jahren einen umfassenden Katalog zur Akupunkturindikation herausgegeben.

Spezifität des Akupunkturpunktes

1. Die klassischen Akupunkturpunkte sind topographisch genau definiert, das heißt, sie lassen sich weitgehend bei fast allen Individuen an der gleichen Stelle auffinden. Hier sind natürlich gute anatomische Kenntnisse und eine Vorbereitung vor der jeweiligen Akupunktursitzung für den Therapeuten Voraussetzung.
2. Am Akupunkturpunkt ergibt sich immer ein verminderter elektrischer Hautwiderstand und damit eine erhöhte elektrische Leitfähigkeit.
3. Ebenfalls nachweisbar ist eine leicht vermehrte Wärmeabstrahlung an den Punkten.
4. Auch zeichnen sich die Akupunkturpunkte häufig durch gesteigerte Sensibilität

beziehungsweise Druckempfindlichkeit aus.

5. An den Punkten herrscht häufig auch eine Neigung zu einem erhöhten Muskeltonus beziehungsweise erhöhten Bindegewebs-turgor (Spannung).
6. Akupunkturpunkte stimmen in erstaunlicher Häufigkeit mit den Durchtrittsstellen von Gefäßnervenbündeln durch die oberflächliche Hautfaszie überein.

Akupunkturtechniken und spezielle Applikationsformen

Die traditionelle chinesische Medizin wurde von manchen prägenden Personen und in anderen asiatischen Ländern speziell weiterentwickelt. So zum Beispiel die Koreanische Handakupunktur, die Schädelakupunktur nach Yamamoto, die Zungenakupunktur nach Dr. Gleditsch, die Ohrakupunktur oder auch die Elektroakupunktur nach Dr. Voll. In einem weiteren Artikel in einer späteren TF-Ausgabe führen wir diese Akupunkturtechniken weiter aus.

Akupunktur bei psychosomatischen Funktionsstörungen

Die chinesische Philosophie kennt bei der Betrachtung des Menschen keine Trennung von Körper und Geist. Beide beeinflussen sich ständig gegenseitig. So gesehen können sich psychische Funktionsstörungen somatisch



Wird Tinnitus durch Sport lauter?

Liebe TF-Leser, die Antwort auf diese Frage finden Sie auf Seite 53.

auswirken oder umgekehrt. Bei den Chinesen werden Qi, Yin und Shen (Unterform von Yang) als die drei Schätze des Menschen bezeichnet.

Shen wird oft übersetzt mit menschlichem Bewusstsein, Wachheit, Geist oder der Persönlichkeit. Das Shen ist der Ursprung von Gedanken und Gefühlen. Es beinhaltet die Fähigkeit zu beobachten, zu analysieren und Entscheidungen zu treffen. Yin ist die Wurzel des Lebens, die Energie des Wachstums und der Veränderung. Qi ist die Lebenskraft, die alles in Schwung hält. Sie ist der Impuls der Bewegung auf körperlicher wie geistiger Ebene. Shen wiederum unterteilt sich in fünf Teilbereiche und betrifft die Meridiane Lunge, Niere, Leber, Herz und Milz, die bei der Akupunktur eine besondere Berücksichtigung erfahren.

Funktionskreis Lunge

Psychosomatische Funktionsstörungen des Funktionskreises Lunge betreffen zum Beispiel die Unfähigkeit des Loslassens, die Unfähigkeit sich zu trennen und des Neubeginns. Depression und Gram sind die Folge. An körperlichen Symptomen können sich Asthma, Allergien, Neurodermitis oder auch Bronchitis entwickeln.

Funktionskreis Niere

Für Tinnitus-Patienten ist der Funktionskreis Niere wichtig. Diese Persönlichkeitstypen haben sehr häufig eine „Nierenleere“. In der chinesischen Philosophie ist die Niere verantwortlich für das kraftvolle, entschlossene Erreichen von Dingen. Der Wille treibt vorwärts und verleiht Rückgrat und Kraft, aber auch die Akzeptanz gegenüber Veränderungen des Lebens, die durch uns nicht steuerbar sind, wird darin erfasst. Durch das Akzeptieren dieser Prozesse entstehen Kraft, Ruhe, Sicherheit, Stabilität und Urvertrauen. Störungen in diesem Bereich bedeuten Antriebsarmut, Leistungsschwäche, Müdigkeit, fehlendes Durchhaltevermögen, nervöse Erschöpfung, innere Unruhe, Misstrauen, Zwanghaftigkeit.

Funktionskreis Leber

Ebenfalls wichtig für den Tinnitus-Patienten ist der Funktionskreis Leber. Hier liegt in der Regel eine Fülle vor. Tinnitus-Patienten zeichnen sich entweder durch „Nierenleere“

oder „Leberfülle“ aus. Der Funktionskreis Leber verleiht dem Geist die Fähigkeit, sich außerhalb der Grenzen des Körpers zu bewegen. Die Leber sorgt für einen harmonischen Qi-Fluss der Gefühle und für Zügelung der Extreme.

Hier kommt es zum Beispiel bei heruntergeschlucktem Zorn und hineingefressener Aggression zur Depression. Ganz wichtig für Tinnitus-Patienten ist auch die Tatsache, dass der Funktionskreis Leber uns zu einem respektvollen Umgang mit uns selbst und auch mit anderen befähigt. Leber-Persönlichkeitstypen gelten in der Regel als fair. Sie besitzen Fähigkeiten zur Entwicklung von Fantasie und Intuition, können neue Ideen mit Entschlusskraft umsetzen und passen sich Veränderungen flexibel an. Störungen dieses Persönlichkeitstyps zeichnen sich durch Streitsucht, Aggressionsausbrüche, Ungerechtigkeit gegenüber sich selbst und anderen, Depressionen, Unentschlossenheit und Autoaggressionen aus.

Funktionskreis Herz

Ein weiterer wichtiger Funktionskreis bei psychosomatischen Erkrankungen ist der Funktionskreis Herz. Gesunde Herztypen überzeugen durch respektvolle Kommunikation, ausgeglichene Zufriedenheit, Integrationsvermögen und Lebensfreude. Bei Störungen zeigen sich hier Verwirrtheit, Konzentrationsstörungen, Redehemmung, Introvertiertheit, Angst vor größeren Menschenansammlungen, Schlafstörungen und vor allen Dingen ein Mangel an Lebensfreude.

Funktionskreis Milz

Den letzten Funktionskreis, den wir bei den psychosomatischen Erkrankungen mitberücksichtigen müssen, ist der Funktionskreis der Milz. Diese Patienten zeichnen sich eigentlich durch ausgeprägte intellektuelle Leistungsfähigkeit aus sowie durch das Erkennen und Realisieren von Veränderungen, Fach- und Detailwissen. Verlässlichkeit und Ernsthaftigkeit sind ihre Tugenden. Dementsprechend treten bei Störungen zwanghaftes Nachdenken, übermäßige Sorge, Grübeln, Konzentrationsstörungen, Lernblockaden, Verdauungsstörungen, Kopfschmerzen und hypochondrisches Verhalten auf.

Mit diesem Artikel habe ich versucht, Ihnen einen kleinen Einblick in die Philosophie

der Chinesischen Medizin zu geben. Dies ist naturgemäß für uns Westeuropäer immer sehr schwierig und verwirrend. Seien Sie froh, dass ich Ihnen nicht noch die fünf Wandlungsphasen in ihrer Zuordnung zu den einzelnen Krankheitsbildern dazu erklärt habe – dann wird es nämlich richtig kompliziert!

Wenn Sie jetzt mit diesem Artikel ein „Kochbuch“ erwartet haben, das Ihnen genaue Punkte für die Tinnitus-Akupunktur vorgibt, so können wir damit nicht dienen. Der vorhergehende Artikel war eine Erklärung dafür, warum es dies nicht gibt. Wenn Sie sich für eine Akupunktur bei psychosomatischen Erkrankungen interessieren, wenden Sie sich bitte an einen in der Akupunktur erfahrenen Arzt, den Sie zum Beispiel über die Deutsche Ärztegesellschaft für Akupunktur e.V. (www.daegfa.de) oder über das Colleg Akupunktur und Naturheilkunde (www.cankurs.com) problemlos finden.

In meiner nun über 30-jährigen Erfahrung in der Akupunktur und ebenso langer Erfahrung im HNO-Bereich kann ich gerade dem chronischen Tinnitus-Patienten die Akupunktur sehr ans Herz legen. Ich habe selber in meinem Leben zwei Hörstürze und mehrfach Tinnitus erleben müssen und weiß, wie stark sich ein solches Symptom auf die Psyche legt. Und gerade hier liegt der hoffnungsvolle Ansatz der Akupunktur, nämlich in der Linderung der Belastung. Meine Bitte: Lassen Sie sich darauf ein und versuchen Sie es einfach einmal.

Kontakt zum Autor:



*Lutz-Michael Schäfer
Leitender HNO-Arzt
Habichtswald-Klinik
Werner Wilhelm Wicker GmbH &
Co. KG
Wigandstraße 1
34131 Kassel-Bad Wilhelmshöhe*