

### **Akupunktur und Ohrakupunktur - wenn Nadeln helfen können...**

Die Akupunktur ist eine traditionelle chinesische Heilmethode, bei der feine Nadeln in Körperregionen gestochen werden. Das lindert die Beschwerden. Das Wort Akupunktur hat seinen Ursprung im Lateinischen und kommt von acus, die Nadel, und punctio, das Stechen. Grundlage der Akupunktur ist eine traditionelle asiatische Vorstellung vom Körper, welche sich von den wesentlichen Erkenntnissen zu Anatomie und Körperfunktionen unterscheidet: Nach asiatischem Verständnis wird der Mensch von der Lebensenergie Qi durchflossen. Sie soll laut der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) in den Leitbahnen, den sogenannten Meridianen, durch den Körper strömen und an mehr als 700 Punkten dicht unter der Hautoberfläche leicht erreichbar sein. Ungefähr 400 davon werden als Akupunkturpunkte genutzt.

Durch die Nadelstiche soll die „Qi-Energie“ freier durch den Körper fließen können. Akupunktur, die Therapie mit den Nadeln, wurde vor circa 3000 Jahren in China entwickelt. Ihre älteste schriftliche Erwähnung findet sich im zweiten Jahrhundert vor Christus. In der zweiten Hälfte des zwanzigsten Jahrhunderts verbreitete sich die Behandlungsmethode in Europa. Heute wird sie oft ergänzend zur Schulmedizin angewandt.

Laut der alten Lehre der Akupunktur ist der Mensch gesund, wenn die Energie harmonisch fließt. Wird der Qi-Fluss aber gestört, was zum Beispiel durch Kälte, Wärme, falsche Ernährung oder psychische Faktoren geschehen soll, dann können Krankheit und Schmerz auftreten. Die Akupunktur soll diese Blockaden des Qi-Flusses beseitigen. Die chinesischen Beschreibungen der Organe entsprechen weniger festen anatomischen Einheiten, sondern sind Konzepte von Funktionskreisen, die organübergreifende Funktionszusammenhänge beschreiben – wie zum Beispiel das Immunsystem, das Schulmediziner auch nicht einem konkreten Organ zuschreiben würden.

### **Indikationen für die Akupunktur:**

- Rückenschmerzen
- Schulter- oder Armschmerzen
- Gelenkschmerzen, z.B. Arthrosebeschwerden aller Gelenke wie Knie- oder Hüftgelenkarthrose
- Myofasziale Schmerzen
- Allergien, z.B. Heuschnupfen oder Asthma bronchiale
- Schlafstörungen/Prüfungsangst
- Wechseljahresbeschwerden
- Raucherentwöhnung

Die Akupunktur sollte immer in Absprache mit Ihrer Ärztin erfolgen. Insgesamt ist Akupunktur eine gut verträgliche Heilmethode. Dennoch sollten vor Durchführung einer Akupunkturbehandlung einige Risikofaktoren ausgeschlossen bzw. gesondert besprochen werden. Bitte weisen Sie uns darauf hin, wenn einer der folgenden Risikofaktoren auf Sie zutrifft:

### **Risikofaktoren:**

- Medikamenteneinnahme zur Hemmung der Blutgerinnung (Antikoagulation)
- Nadelphobie
- Epileptische Anfälle
- Schwangerschaft
- Akuter psychotischer Zustand

**Während** der Behandlung sollten sie möglichst still liegen und versuchen, sich zu entspannen. Wenn Sie Hilfe benötigen, sind wir unmittelbar für Sie erreichbar. Planen Sie für eine Akupunkturbehandlung in der Praxis bitte 40-60 Minuten Zeit ein.

**Nach** der ersten Akupunktur sollten sie nicht unmittelbar ein Kraftfahrzeug führen oder am Straßenverkehr allein teilnehmen.

Extrem selten kann es zur Verletzung von Strukturen kommen (z.B. Nerven und Gefäßen, Organverletzungen (fast nur bei Akupunktur im Thoraxbereich von Bedeutung, Pneumothorax ist extrem selten [seltener als 1 auf 1 Million Behandlungen])).

Es gibt die Möglichkeit einer Erstreaktion, welche zunächst eine leichte Verschlechterung hervorrufen kann, zudem können selten auftreten:

- Bluterguss
- Einstichschmerz (sehr selten anhaltend)
- Infektionsmöglichkeit (extrem selten)
- Ermüdung

Zusätzlich zur Akupunktur erhalten Sie eine Wärmetherapie. Sollten Sie dies als unangenehm empfinden, so weisen Sie uns bitte im Vorwege darauf hin.

Die Kosten für eine Serie Akupunktur werden in der Regel von den privaten Krankenkassen übernommen. Für gesetzlich versicherte Patienten bieten wir eine Akupunkturbehandlung als Selbstzahler-Leistung an.

Gerne erstellen wir Ihnen einen auf Ihre Beschwerden angepassten Therapieplan!

Falls Sie Fragen haben, wenden Sie sich an uns, wir beraten Sie individuell!

Meldorf, den \_\_\_\_\_ Unterschrift Patient \_\_\_\_\_

Name Patient/in in Druckbuchstaben \_\_\_\_\_

Meldorf, den \_\_\_\_\_ Unterschrift Arzt/Ärztin \_\_\_\_\_