



Naturheilkundliche Perspektiven: Akupunktur wirkt!



Heilpraktiker Jan Laucken

In der Naturheilkunde sorgte diese Aussage für keine Überraschung, wohl aber in der schulmedizinischen Szeptikerszene. Gerade in letzter Zeit häufen sich Studien und Untersuchungen, die immer neue Wirkweisen dieser Nadeltechnik aufdecken. Ob nun rein fernöstlich betrachtet oder von westlich-schulmedizinischer Seite her untersucht, eines ist klar, die Akupunkturbehandlung ist wirksam.

Formen der Akupunktur:

Die wohl bekannteste Form ist die Körperakupunktur. Dabei werden mit feinen Nadeln Akupunkturpunkte auf den verschiedenen Meridianen (Energiebahnen) oder auf schmerzhaften Gebieten durch Stiche stimuliert. Die Nadeln bleiben (je nach Beschwerden) in der Regel zwanzig bis dreißig Minuten in der Haut liegen bzw. stecken.

Von der Ohrakupunktur hat wohl jeder schon einmal gehört. Hier werden Beschwerden dadurch behandelt, dass der/die Therapeut/in Akupunkturpunkte in und hinter der Ohrmuschel durch Nadeln reizt. Es ist dies eine Form mikrosystemischer Akupunktur. Sie geht davon aus, dass sich alle Zonen des Menschen in einem bestimmten Areal des Körpers widerspiegeln, so wie dies für die Reflexzonen am Fuß gilt (Fußreflexzonen-therapie). Diese Abbilder des Körpers werden auch Somatotopien genannt.

Eine weitere mikrosystemische Form der Akupunktur ist die wohl wenig bekannte

ECIWO-Akupunktur (Embryo containing information of the whole organism). Bei dieser Behandlungsmethode wird eine einzige Nadel entlang des zweiten Mittelhandknochens gesetzt. Ferner hat sich die inzwischen auch bei uns bekannt gewordene japanische Schädel- und Handakupunktur therapeutisch bewährt. (Die ECIWO-Akupunktur wird hier im Fokus in einem eigenen Artikel, zu späterer Zeit, noch eingehender vorgestellt.)

Fernöstliche Wirkweisen

Schon während der Akupunkturausbildung hat uns unser Lehrer (ein chinesischer Arzt und Universitätsprofessor an der Guangxi-Universität in China) gesagt, dass, sobald wir Europäer in der uns vertrauten Begrifflichkeit versuchen, die traditionell gefassten Wirkweisen der Akupunktur zu erklären, wir sehr schnell an unsere Grenzen stoßen. Ich beschränke mich deshalb hier auf das allgemein Verständliche.

In der Akupunktur geht es darum, das energetische Potential des Körpers zu beeinflussen. Der/die Therapeut/in versucht den Qi-Fluss (unsere Lebensenergie), der auf definierten Leitbahnen, den Meridianen, in unserem Körper fließt, durch die Nadelung günstig zu beeinflussen, um ein eventuell vorhandenes Ungleichgewicht, d. h. eine energetische Störung, wieder zu korrigieren. Die Beschwerden werden somit durch die körpereigenen Heilkräfte gelindert und reguliert.

Es gibt mehr als dreihundertsechzig Akupunkturpunkte, die sich auf zwölf Hauptleitbahnen verteilen und zu denen noch etliche Verbindungskanäle und Sondermeridiane kommen. Daneben gibt es noch zahlreiche extra Punkte, die außerhalb der Hauptleitbahnen (Meridiane) liegen. Es dürften wohl so um die tausend Extrapunkte sein. Auch lokale Schmerzpunkte werden genadelt. Warum die Behandlungen dieser Punkte so wirksam sind, bespreche ich im nächsten Abschnitt.

Westlich physiologische Wirkweisen:

Immer wieder ließ sich in den letzten Jahren durch empirische Studien bele-

gen, dass die Akupunktur gerade bei der Schmerzbehandlung sehr effektiv ist. Hier möchte ich Ihnen kurz die physiologische (physikalische und biochemische) Wirkweise der Akupunktur vorstellen.

Durch das Nadeln schmerzhafter Punkte und Areale werden Nerven tief im Muskelgewebe stimuliert, die über das Rückenmark spezielle Bereiche im Gehirn anregen. Diese Hirnareale, zum Beispiel der Hypothalamus, schütten nun Schmerz hemmende Botenstoffe aus, die Endorphine, welche sodann auf das Geschehen lindernd einwirken können. Hiermit lässt sich nun erklären, warum das sogenannte De-Qi-Gefühl bei der Nadelsetzung von großer Bedeutung ist. Dieses Gefühl tritt auf, wenn der/die Therapeut/in die Nadeln ausreichend tief in die Akupunkturpunkte einführt. Es äußert sich als dumpfer Druck, leichtes Kribbeln, Ziehen oder Stechen. Nadeln, die nur oberflächlich in der Haut liegen (anatomisch stark variierend) und bei denen der Patient kein De-Qi-Gefühl erfährt, sind dagegen weniger wirksam. Dies gilt zumindest für die Schmerztherapie.

Vor nicht allzu langer Zeit wurde herausgefunden, warum das zusätzliche Stimulieren der Akupunkturpunkte so wichtig ist. Hierbei werden nach einiger Zeit die Nadeln gedreht oder die Akupunkturpunkte werden durch feines Auf- und Abbewegen der Nadeln nochmals gereizt. Die Untersuchungen ergaben, dass bei dieser Technik direkt im Gewebe ein Schmerz hemmender Stoff ausgeschüttet wird, das Adenosin. Dieses körpereigene Molekül heftet sich an die Schmerz leitenden Nerven und blockiert dadurch die weitere Übermittlung des Schmerzreizes.

Seien es nun die fernöstlichen Wirkweisen oder seien es die neuesten Entdeckungen der modernen Wissenschaft, für mich fügen sich die Jahrtausende alten Erfahrungen und neuesten Erkenntnisse zusammen. Sie lassen sich in einer erfahrungsgesteuerten ganzheitlichen Behandlung integrieren.

Sind Sie an näherer Information über die Wirkung oder Einsatzgebiete der Akupunktur interessiert, so bitte ich Sie, einen/e Heilpraktiker/in oder einen/e naturheilkundlich arbeitenden/e Arzt/in zu Rate zu ziehen.

Verfasser: Jan Laucken

Neckarhalde5, 72070 Tübingen

Telefon: 0173-3936273