



Eye Doctor

## Akupunktur

Stand: V 2.0

**Dr. med. Béatrice Klein**

Augenärztin  
Werderstr. 1  
68165 Mannheim  
eyedoctor@t-online.de

## Akupunktur

**Akupunktur ist eine wirksame Therapie zur Schmerzlinderung, Umstimmung des Immunsystems sowie Behandlung funktioneller Erkrankungen.**

Die Jahrtausende alte chinesische Lehre von der Akupunktur ist Teil einer Ganzheitsmedizin, in deren Mittelpunkt das Interesse um das Gesamtbefinden des Patienten steht. Eingehende körperliche Untersuchung und Ursachenforschung bei Erkrankungen mit Hilfe der modernen Schulmedizin sind jedoch unabdingbare Voraussetzung, um verantwortungsvoll und erfolgversprechend Akupunktur zur Behandlung einzusetzen.

Der Begriff Akupunktur setzt sich zusammen **aus acus = Nadel** und **pungere = stechen**. Akupunktur ist somit die Therapie mit Nadeln.

### Traditionelle chinesische Medizin – TCM

Anders als die westliche Medizin, deren grundlegende Wissenschaft das genaue Studium des Aufbaus der Organe (Anatomie) ist, wurzelt die TCM in den naturphilosophischen Anschauungen des Taoismus.

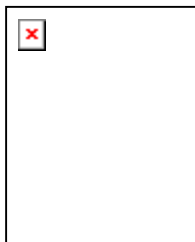


Der Kern des Taoismus, der am Ende der Zhou – Dynastie ( 500 v. Chr. ) entstand, besteht in der Auffassung, dass die gesamte durch unsere Sinne wahrnehmbare Welt, so dingfest materiell sie auch scheinen mag, nicht durch Konstanz, sondern durch ständigen zyklischen Wandel geprägt ist.

Im genauen Studium der wechselseitigen, sich stetig verändernden Abhängigkeiten von Mensch und Natur liegt der Ausgangspunkt für den Erfahrungsreichtum der traditionellen chinesischen Heilkunde.

Hinter dem zyklischen Wandel und den verflochtenen Beziehungen der Welt steht also das Tao.

### Die Lebensenergie – Qi



Eng verwandt mit dem Tao ist das **Qi**, die Lebensenergie. In der TCM versteht man unter Lebensenergie diejenige Energie, **die alles Lebendige bedingt**. Qi bewegt die Lebewesen, erzeugt Körperwärme und psychische Aktivitäten, ermöglicht, Nahrung aufzunehmen, bestimmt die Haltung und Bewegung eines Menschen, seine Stimme, Sprache, spiegelt sich im Glanz seiner Augen. Entweicht das Qi, so stirbt der Mensch.



Eye Doctor

## Akupunktur

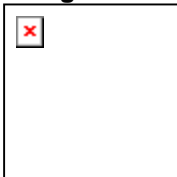
Stand: V 2.0

**Dr. med. Béatrice Klein**

Augenärztin  
Werderstr. 1  
68165 Mannheim  
eyedoctor@t-online.de

### Yin und Yang

Die dritte grundlegende Erkenntnis der Chinesen war, dass in der wahrnehmbaren Welt nichts entstehen kann, ohne dass nicht gleichzeitig sein polares Gegenteil existiert. Das **universale Weltgesetz der Polarität nannten sie das Gesetz von Yin und Yang**.

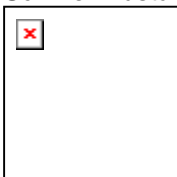


Ursprünglich bedeutete Yin die Schattenseite und Yang die Sonnenseite eines Berghanges. Yin symbolisiert das Dunkle, Kühle, Weibliche; Yang eher das Warme, Helle, Männliche. Bei weiterer Abstrahierung und Verallgemeinerung der beiden Begriffe entspricht Yin allem, was Struktur formt, und Yang allem, was Struktur verändert.

Yin und Yang bezeichnen keine absoluten Zustände und können nicht unabhängig voneinander definiert werden. So ist Wasser im Verhältnis zum Dampf Yin; aber das Wasser im Verhältnis zum Eis ist Yang.


### Akupunktur

Nach traditionell chinesischer Vorstellung ziehen 14 untereinander verbundene Linien, die Meridiane, netzartig über die Körperoberfläche des Menschen. In den Meridianen fließt die Lebensenergie Qi, die an den 672 auf den Meridianen gelegenen Akupunkturpunkten an die Körperoberfläche gelangt. Hier kann der Energiefluss des Meridians und des zugehörigen Organs durch die Akupunktur beeinflusst werden. Wird der Energiefluss gestört, z. B. durch Umwelteinflüsse wie Kälte, Wärme, Zugluft, falsche Ernährung, seelische Belastungen oder Überanstrengung können verschiedene Krankheiten und Schmerzzustände entstehen.



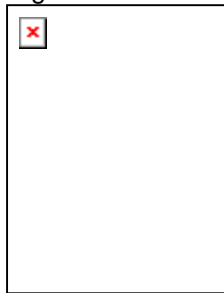
Vor jeder Akupunkturtherapie steht eine gründliche schulmedizinische Diagnostik, die entscheidet, ob mit schulmedizinischen Methoden therapiert werden muss. Gerade sogenannte funktionelle Erkrankungen lassen sich oft nur unzureichend mit Methoden der westlichen Medizin behandeln und eignen sich gut für eine Akupunkturbehandlung. Allerdings steht vor jeder chinesischen Therapie eine chinesische Diagnostik, die im wesentlichen die klinische Diagnostik, die Zungendiagnose und die Pulsdiagnose umfasst.

Die chinesische Medizin ist eine energetische Medizin, die stets versucht, das Energieungleichgewicht in den einzelnen Meridianen oder Organen des Menschen auszugleichen, denn erst Ungleichgewicht der Lebensenergie Qi erzeugt Krankheit.

	<b>Akupunktur</b> Stand: V 2.0	<b>Dr. med. Béatrice Klein</b> Augenärztin Werderstr. 1 68165 Mannheim eyedoctor@t-online.de
---	-----------------------------------	--

### Fünf Wandlungsphasen – Energiebalance

Als gute Naturbeobachter bemerkten die Taoisten, dass ein wesentliches Prinzip allen natürlichen Vorgängen zugrunde liegt: **das Prinzip dynamischer zyklischer Abläufe**. Sie beobachteten Veränderungen in der Natur, die immer wieder zu ihrem Ausgangspunkt zurückfinden. Um diese kreisförmigen Veränderungen zu beschreiben, entwickelten sie das System der 5 Wandlungsphasen, auch das System der 5 Elemente genannt. Die Bezeichnung „5 Elemente „ entstand, weil sich die Chinesen bei ihrer Beschreibung der Elemente bedienten, die sie in ihrer Umwelt vorfanden: Holz,



Feuer, Erde, Metall, Wasser.

Dabei darf der Begriff Element nicht suggerieren, dass es sich um feste, abgegrenzte Einheiten handelt, vielmehr sind es Symbole für einen momentanen energetischen Zustand im Gesamtkreislauf natürlicher Vorgänge.

### Analgetische Wirkung der Akupunktur

**Schmerzleitung:** Alle Schmerzen erregen zuerst im Gewebe gelegene Schmerzfühler ( Nozizeptoren ). Diese wandeln den Schmerzreiz in einen elektrischen Impuls um, der über Nervenfasern zum hinteren Teil des Rückenmarkes geleitet wird und dort die Hinterhornneurone erregt. Von dort gelangt der Impuls zum Zwischenhirn und nach erneuter Umschaltung zum Großhirn. Im Zwischenhirn wird der Schmerz emotional eingefärbt und bewertet, im Großhirn wird der Schmerzreiz innerhalb des Körpers lokalisiert.

**Sofortanalgetische Wirkung:** Wird eine Nadel in einen Akupunkturpunkt gestochen, kommt es zur Freisetzung von chemischen Substanzen wie Histamin, Bradykinin, Prostaglandin E2 und Substanz P; dies erkennt man an einer die Nadel umgebenden Hautrötung. Durch diese Substanzen werden die Nozizeptoren erregt, die bewirken, dass elektrische Impulse über zuleitende Nervenfasern zum Rückenmark gelangen. Dort führen die Impulse zu einer Hemmung der Erregbarkeit der Hinterhornneurone, so dass der eigentliche Schmerz die Hinterhornneurone nicht mehr genügend erregen kann. Der Schmerzreiz gelangt nicht mehr in voller Ausprägung zum Großhirn und wird entweder überhaupt nicht oder nur noch vermindert wahrgenommen. **Erst seit wenigen Jahren weiß man, dass die Hemmung der Hinterhornneurone nach Akupunktur durch die Neurotransmitter Enkephalin und Dynorphin erfolgt.**

**Langzeitwirkung:** prinzipiell anders muss die Langzeitwirkung der Akupunktur verstanden werden. Seit Ende der 70er Jahre ist bekannt, dass vor allem Teile des Zwischenhirns, Hypothalamus, nach Akupunktur Hormone, Endorphine, ausschütten, die, ähnlich dem Morphin, auf den Körper schmerzlindernd wirken. Neuere Erkenntnisse bestätigen, dass **die Endorphine außer der schmerzlindernden auch eine beruhigende, euphorisierende und immunstimulierende Wirkung haben.**



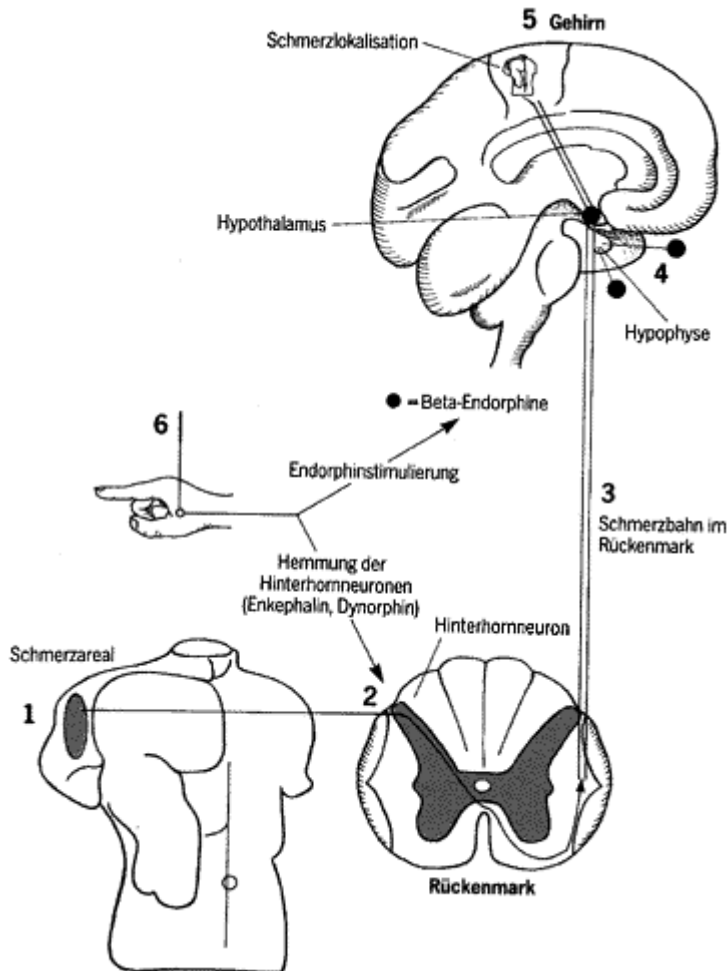
Eye Doctor

## Akupunktur

Stand: V 2.0

Dr. med. Béatrice Klein

Augenärztin  
Werderstr. 1  
68165 Mannheim  
eyedoctor@t-online.de




Dies könnte den Erfolg der Akupunkturbehandlung bei allergischen Erkrankungen und vegetativen Störungen erklären. Nach Akupunkturbehandlung findet man im zentralen Nervensystem auch deutlich erhöhte Konzentrationen des zur Schmerzverarbeitung wichtigen Serotonin, das ein dem Endorphin übergeordnetes Hormon ist: ohne Ausschüttung von Serotonin kann das Endorphin seine schmerzlindernde Wirkung nicht entfalten.

**Trotz einer Vielzahl naturwissenschaftlicher Erkenntnisse ist ein großer Teil der offensichtlich therapeutischen Wirkung der Akupunktur noch nicht wissenschaftlich nachvollziehbar. Die Akupunktur leistet jedenfalls mehr, als bisher mit unseren Mitteln naturwissenschaftlich ist.**

### Wo ist die Akupunktur überfordert ?

- Alle Erkrankungen mit unklarer Diagnose
- Krebsleiden – außer zur Schmerztherapie
- Infektiöse, fieberhafte Erkrankungen
- Psychotische Erkrankungen
- Multiple Sklerose – außer zur symptomatischen Therapie der immer wieder aufflackernden Nervenentzündungen.

	<b>Akupunktur</b> Stand: V 2.0	<b>Dr. med. Béatrice Klein</b> Augenärztin Werderstr. 1 68165 Mannheim eyedoctor@t-online.de
---	-----------------------------------	--

### Indikationen für Akupunktur

- Kopfschmerzen unterschiedlicher Ursache,
- Migräne
- Augenerkrankungen wie Glaukom, Bindehautentzündung, v.a. bei trockenen Augen, funktionellen Sehstörungen
- Allergien
- Erkältungserkrankungen und akute Erkrankungen der Atemwege
- Psychovegetative Störungen
- Neuralgien wie Trigeminusneuralgie, Interkostalneuralgie
- Lähmungen wie Gesichtsnervenlähmung
- Schmerzen im Bewegungsapparat wie Schulter – Arm – Syndrom, Rückenschmerzen
- Akute und chronische Magen – Darm – Erkrankungen, wie Durchfall oder Verstopfung
- Hauterkrankungen wie Neurodermitis, atopisches Ekzem, Akne Durchblutungsstörungen

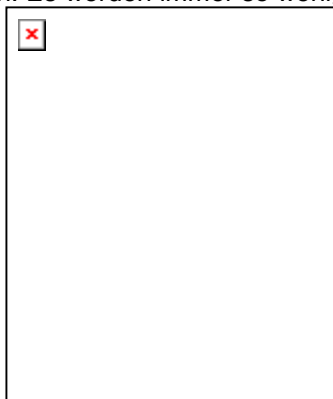
### Was erwartet Sie bei der Akupunktur ?

Aufgabe des Akupunkturarztes ist es,

- **die** Balance im Energiefluss von Yin und Yang wiederherzustellen. Wird der Energiefluss über die entsprechenden Hautpunkte harmonisiert, kommt es rasch zu einer Linderung von Schmerzzuständen.
- bei einem gestörten Gleichgewicht die **Energiebalance in den 5 Elementen** wiederherzustellen. Prädestiniert für eine Akupunktur nach der Theorie der fünf Elemente sind innere Beschwerden mit Funktionsstörungen unterschiedlicher Organe, Erkrankungen, die mit psychischen Veränderungen einhergehen oder zu bestimmten Jahreszeiten regelmäßig auftreten, sowie Funktionsstörungen, die den gesamten Menschen in seiner Umwelt erfassen, ohne sich dabei auf die Erkrankungen eines einzigen Organs zu reduzieren.


In jedem Fall ist eine ausführliche Anamnese und eine eingehende Untersuchung erforderlich, damit ein individueller Behandlungsplan erarbeitet kann.

Die Behandlung wird meist im Liegen durchgeführt. Beim Einstich entsteht eine minimale unangenehme Empfindung, die beim Tieferführen der Nadel in der Regel verschwindet. Die etwa 0,20 – 0,35 mm dünnen Akupunkturnadeln werden unterschiedlich tief gestochen, von zwei Millimetern bis zu einigen Zentimetern, und der Akupunkturarzt bedient sich verschiedener manueller Stimulationstechniken. Als Patient verspüren Sie das typische Druck- und Wärmegefühl ( De-Qi-Gefühl ) im Umfeld der gestochenen Akupunkturpunkte; bei einigen Patienten strahlt es entlang des Meridianverlaufes aus. Eine Behandlung dauert etwa 20 Minuten. Es werden immer so wenig Nadeln wie möglich gestochen,



während einer Sitzung maximal 10 – 12.

Aus rechtlichen Gründen müssen Sie wissen, dass eine Wirksamkeit der Akupunktur mit anerkannten

	<b>Akupunktur</b> Stand: V 2.0	<b>Dr. med. Béatrice Klein</b> Augenärztin Werderstr. 1 68165 Mannheim eyedoctor@t-online.de
---	-----------------------------------	--

Prüfverfahren bisher nicht zweifelsfrei nachgewiesen worden ist. Eine Wirkung kann erst im Behandlungsverlauf oder auch nach deren Abschluss eintreten, oder auch völlig ausbleiben.

### **Welche Komplikationen können auftreten ?**

Die Akupunktur kann sogenannte überschießende Reaktionen auslösen, die vom Patienten in der Regel als unerwünscht empfunden werden.

- akute Kreislaufschwäche, vor allem bei der ersten Behandlung, die ein Entfernen der Nadeln erforderlich machen kann. Diese Kreislaufregulationsstörung wird von den Chinesen als zu schnelle und massive Energieverschiebung interpretiert.
- vorübergehend übermäßige Entspannung und Ermüdung nach der Behandlung, u.U. mit Beeinträchtigung der Verkehrstauglichkeit.
- vorübergehende vegetative Reaktionen wie Schwitzen, Schwächegefühl oder Schlafstörungen.
- vorübergehende Verstärkung der Krankheitssymptome v.a. zu Beginn der Behandlung; auf keinen Fall jedoch kann durch eine falsche Punktauswahl auf Dauer das Krankheitsbild verschlechtert werden.
- zu den ungefährlichen und unbedeutenden Komplikationen gehören kleine Blutergüsse, die entstehen, wenn durch die Akupunkturnadel kleine Blutgefäße verletzt werden. Die Blutergüsse bilden sich innerhalb weniger Tage vollständig zurück. Zuweilen ist das Anstechen einer kleinen Vene erwünscht, um einen sogenannten Mikroaderlass durchzuführen
- Sie sollten sich keinesfalls beunruhigen, wenn Sie an den Tagen nach der Akupunktur noch das typische Druckgefühl ( De-Qi ) oder eine Druckempfindlichkeit an den mit den Nadeln gereizten Körperstellen spüren. Bedenken Sie, dass durch die Akupunkturnadel eine winzig kleine Wunde gesetzt wird, die erst innerhalb weniger Tage abheilt.
- die Übertragung von Infektionskrankheiten ( z.B. Aids, Hepatitis ) ist bei der Benutzung steriler Einwegnadeln ausgeschlossen.
- in extrem seltenen Fällen kann die Akupunkturnadel vergessen werden oder abbrechen. Im schlimmsten Fall kann dies einen operativen Eingriff zur Entfernung der Nadeln erforderlich machen.
- um nicht versehentlich größere Blutgefäße oder Organe ( Herz und Lunge; Pneumothorax ) zu verletzen, muss der Akupunkteur genaue Kenntnisse von der Anatomie besitzen.

Mit Ausnahme des Blutergusses und der Kreislaufstörung sind alle unerwünschten Wirkungen extrem selten. Die Häufigkeit wird auf unter 0,1% geschätzt, d.h. sie kommen höchstens einmal unter 10 000 Behandlungen vor.

### **Kosten der Akupunktur**

Die Behandlungskosten betragen – je nach Therapieaufwand und etwaigen Zusatzanwendungen – zwischen 40 Euro und 100 Euro je Sitzung. Sie erhalten eine Rechnung nach der Gebührenordnung für Ärzte ( GOÄ ). Für die Privatbehandlung sind die Gebührensätze der GOÄ ( § 2 der GOÄ, 23.12.1995 ) vereinbart: 1,8-fach technische Leistungen, 2,3-fach ärztliche Leistungen. Ärztliche Leistungen, die nicht in der GOÄ aufgeführt sind, werden nach § 6 Abs.2 GOÄ analog bewertet.

Von privaten Krankenversicherungen werden die Kosten für Akupunktur ganz oder zum Teil übernommen; manche lehnen eine Kostenübernahme ab. Sie sollten sich vor einer Behandlung mit Ihrer Versicherung in Verbindung setzen. Eine direkte Abrechnung mit den gesetzlichen Krankenkassen ist nicht möglich.

Mehrere Krankenkassen übernehmen im Rahmen von Modellvorhaben einen Teil der Kosten. Eine Behandlung im Rahmen eines Modellvorhabens kann bei folgenden Indikationen erfolgen: chronische Kopfschmerz, chronische Rückenschmerzen sowie chronische Osteoarthroseschmerzen. Als chronisch werden Schmerzen bezeichnet, wenn sie vor Behandlungsbeginn mind. 6 Monate bestanden haben.