

Akupunktur

Die Anfänge der Akupunktur werden ungefähr in die Zeit 1000 v. Chr. datiert. Damals begann man mit spitzen Hölzern die Haut zu punktieren. Ab ca. 500 v. Chr. benutzte man die in etwa gleicher Weise auch heute noch üblichen Nadeln. Seit ca. 200 v. Chr. gab es eine Vielzahl von Akupunkturschulen in China, die sich sowohl der Therapie der Patienten, als auch der Erforschung der Methode widmeten. Bei uns ist die Akupunktur seit 50 Jahren häufiger anzutreffen, nachdem bereits im letzten Jahrhundert einige Ärzte Akupunkturwissen aus China mit nach Europa brachten.

Um die Wirkungsweise der Akupunktur zu verstehen, muss man ein paar Dinge über die Philosophie kennen, auf der diese Therapiemethode basiert. Die Chinesen sehen alle Prozesse des Lebens in ständiger Bewegung. Dabei lösen sich nicht nur Tag und Nacht, Winter und Sommer, sondern auch Krankheit und Gesundheit immer wieder ab.

Im Körper ist ein ebensolcher Kreislauf von Lebensenergie, der nach bestimmten vorgegebenen Bahnen fließt, den sogenannten Meridianen. Die Chinesen nennen diese Energie Qi (gesprochen: SCHI). Krankheit entsteht nun dadurch, dass in einem oder mehreren Meridianen ein Stau (oder ein Mangel) von Energie entsteht. Dadurch kommt es auch zu Störungen in anderen Meridianen, weil dort dann dementsprechend ein Mangel (oder eben ein Stau) entsteht.

Mit verschiedenen Methoden kann man nun einen Ausgleich der Meridiane erreichen, ohne Energie hinzuzufügen oder wegzunehmen. Die wichtigste Methode ist dabei die Akupunktur mit Nadeln, bei der an entsprechenden Punkten „Schleusen“ geöffnet oder verschlossen werden können. Der Einstich der Nadeln durch die Haut ist bei der von mir verwendeten Technik in der Regel kaum schmerzhaft. Untrennbar mit der Akupunktur verbunden ist die Moxa-Therapie, bei der bestimmte Punkte mit einer Beifuß-Zigarre erhitzt werden und die Stimulation der Nadeln mit Strom, was bei bestimmten Erkrankungen notwendig ist.

Weitere Möglichkeiten des Energieausgleiches zwischen den Meridianen sind Yoga, Tai Chi, bestimmte Massagetechniken oder Meditation, wenn man weit fortgeschritten in diesen Techniken ist.

Aus dem oben Gesagten wird klar, dass die Akupunktur grundsätzlich bei allen Erkrankungen eingesetzt werden kann. Allerdings hat sie sich bei einigen Beschwerden besonders bewährt:

- Bei Erkrankungen des Bewegungsapparates wie Rückenschmerz, steifem Hals, Schulterschmerz oder Knieschmerzen, z.B. auch bei Arthrosen zur Schmerztherapie.
- Bei Kopfschmerz und Migräne
- Grundsätzlich zur Schmerztherapie auch bei Nervenschmerzen wie der Trigeminusneuralgie
- Bei Heuschnupfen und allergischen Symptomen
- Bei Tinnitus, Hörsturz und Schwindel
- Bei leichten depressiven Verstimmungen und Schlafstörungen

Die privaten Krankenversicherer erstatten heute die Akupunktur, wenn sie als Schmerztherapie eingesetzt wird, auch die gesetzlichen Kassen geben häufig einen entscheidenden Beitrag zu den Kosten der Akupunktur dazu.

Die Akupunktur ist eine der ältesten und bewährtesten Therapien der Welt. Unzähligen Menschen konnte durch die Akupunktur geholfen werden.

Ich wünsche Ihnen für die Therapie mit dieser phantastischen Methode alles Gute: