

# PRAXIS FÜR OSTEOPATHIE UND AKUPUNKTUR

## DIPL. MED. DALIA LOERSCH

### **Akupunktur**

Traditionelle Chinesische Medizin

### **Liebe Patientin, lieber Patient, liebe Eltern,**

Dieser Aufklärungsbogen dient der Vorbereitung des Aufklärungsgesprächs.  
Bitte lesen Sie ihn vor dem Gespräch aufmerksam durch.

Sie haben meine Praxis aufgesucht, um Sie bzw. Ihr Kind mit der Akupunktur behandeln zu lassen. Vor der Behandlung werde ich Sie über die Notwendigkeit und Durchführung der geplanten Maßnahmen sowie über die typischen Risiken und Folgen der Akupunktur und eventuelle Behandlungsalternativen umfassend aufklären.

So werden Sie in der Lage sein, über die Art und den Umfang der Behandlung entscheiden und einwilligen zu können. Dieser Aufklärungsbogen soll Ihnen helfen, das Aufklärungsgespräch vorzubereiten und die wichtigsten Punkte zu dokumentieren.

### **Die Grundlagen der Akupunktur**

Die philosophischen und theoretischen Grundlagen der Akupunktur wurden vor über 2.000 Jahren im Rahmen der traditionellen chinesischen Medizin formuliert. Im Mittelpunkt dieses Medizinsystems steht die Vorstellung von einer im Körper fließenden Lebenskraft, auch Lebensenergie genannt, chinesisch Qi (sprich: Tschì), auf deren Wirkung alle Lebensäußerungen beruhen. Die Lebensenergie ist in ständigem Fließen, immer in Bewegung, Veränderungen bewirkend.

Auch die Funktionen innerer Organe wie Atmung, Verdauung der Nahrung, Körperabwehr, Muskelbewegungen werden von der Lebensenergie hervorgebracht. Ähnlich wie Flüsse das Land durchziehen, fließen Energiebahnen, Meridiane (Abb. 1) genannt, durch den Körper und versorgen ihn mit der lebensnotwendigen Energie. Auf diesen Leitbahnen liegen die Akupunkturpunkte, mit deren Hilfe man die Energieflüsse beeinflussen bzw. regulieren kann.

Wenn man gesund ist, fließt die Lebensenergie in Harmonie, die Funktionen der Organe sind kräftig und ungestört. Krankheiten sind nach chinesischer Vorstellung auf eine Störung im Fließen der Lebensenergie Qi zurückzuführen, entweder liegt eine Schwäche oder eine Fülle der Lebenskräfte vor. Auch Blockaden im Lebensstrom können Schmerzen oder andere Gesundheitsstörungen und Krankheiten hervorrufen.

### **Bei welchen Erkrankungen ist Akupunktur sinnvoll?**

Mit Akupunktur können bei verschiedenen Erkrankungen gute Erfolge erzielt werden. Die Weltgesundheitsorganisation hat eine Liste dieser Krankheiten erarbeitet. Sie umfasst **schmerzhafte Erkrankungen des Bewegungsapparats** (z.B. Halswirbelsäulen-Syndrom, Lumbalgie, Ischiasschmerzen, Arthrosen) und **psychosomatische Erkrankungen** (z.B. Asthma, Magengeschwüre, Reizdarm, Schlafstörungen, Migräne, Kopfschmerzen, Neuralgien).

Im Aufklärungsgespräch informieren wir Sie über Vor- und Nachteile, ihre unterschiedlichen Belastungen, Risiken und Erfolgchancen.

### **Welche Vorbereitungen sind für die Akupunktur erforderlich?**

Zunächst muss die Erkrankung durch medizinisch anerkannte Untersuchungsverfahren eingegrenzt werden. Anschließend wird eine Diagnose nach den Verfahren der chinesischen Medizin durchgeführt, um die geeigneten Akupunkturpunkte und die Dauer der Behandlung festzulegen.

## Die Nadelung der Akupunkturpunkte

Sie hat eine harmonisierende Wirkung – Fülle wird gedämpft, Schwäche angeregt und Blockaden gelöst, sodass ein ungestörtes harmonisches Fließen gefördert wird.

Die Akupunktur berücksichtigt die energetischen Gegebenheiten der Erkrankungen auf traditionell chinesischer Grundlage. Sie beruht auf einer „chinesischen Syndromdiagnose“, die sowohl die Störungsmuster des Patienten auf der oberflächlichen Ebene der Meridiane als auch auf der inneren Ebene der Organe berücksichtigt.

Bei der chinesischen Diagnose wird auch der energetische Zustand der Patienten nach dem System der „fünf Wandlungsphasen“ einbezogen. Aus einer chinesischen Diagnose folgen exakt festgelegte Behandlungsstrategien als Grundlage für die Auswahl der Akupunkturpunkte. Die aktuellen Veränderungen der energetischen Störungsmuster werden im Verlauf der Behandlung stets in das weitere therapeutische Vorgehen einbezogen.

## Kostenübernahme

Bitte erkundigen Sie sich vor der Behandlung hinsichtlich der **Kostenerstattung** bei Ihrer Krankenkasse/Beihilfestelle, da diese nicht verpflichtet ist, die Kosten für die Behandlung der Osteopathie und sich daraus möglicherweise ergebenden Komplikationen zu übernehmen.

## Wie wird behandelt?

Die Behandlung erfolgt im Liegen oder selten im Sitzen. Die Nadeln sind in der Regel aus Stahl, spezielle Nadeln zum Akupunktieren des Ohres können auch aus Gold oder Silber sein.

Der Arzt sucht die ausgewählten 12 bis 30 Akupunkturpunkte auf und setzt die Nadeln. Der Akupunkturpunkt wird dann durch ein Drehen der Nadel stimuliert. Je nach Befund erfolgt die Nadelung oberflächlich oder tief. Die Nadeln bleiben etwa 20 bis 40 Minuten liegen und werden während dieser Zeit erneut stimuliert. Die Stimulation der Nadeln kann auch durch Wärme oder elektrischen Strom erfolgen.

Während der Akupunktursitzung treten vielfältige Veränderungen im Körper auf. Diese können verschiedene Empfindungen und Gefühle auslösen: Der Einstich der Akupunkturnadeln führt zu einem kurzzeitigen, leichten Einstichschmerz, der meist hell und oberflächlich empfunden wird. Nach dem Setzen der Nadeln empfindet man häufig ein **Schwere- und Druckgefühl** an den Einstichstellen, das von den Chinesen De-Qi-Gefühl (sprich: Dee Tschì) genannt wird. Selten tritt auch ein Gefühl einer leichten Elektrisierung auf. Dieses „Nadelgefühl“ kann unterschiedlich stark empfunden werden.

Nachdem die Nadeln für einige Minuten liegen, entspannt sich der Körper. Arme und Beine fühlen sich oft schwerer an. Es kann ein Gefühl stärkerer körperlicher Präsenz auftreten. Häufig beginnt man, die **Bewegung der Lebensenergie** im Körper in Form eines Gefühls des **Fließens** wahrzunehmen.

Wenn Spannungen sich lösen, können körperliche Empfindungen wie Zittern, Kribbeln, Kälte- oder Hitzegefühle, Schwindel auftreten, aber auch Gefühle wie Wut, Unruhe, Traurigkeit oder Angst werden empfunden. Diese Empfindungen und Gefühle sind Ausdruck der Klärung der Spannungen und Blockaden, die oft der Krankheit zugrunde liegen.

Gedanken können während der Akupunktur immer wieder aufkommen, man sollte nicht über deren Inhalte nachdenken, sich auch nicht auf bestimmte Gedankeninhalte konzentrieren, sondern die Gedanken wie einen Film vorbeiziehen lassen.

## Risiken und mögliche Komplikationen

Trotz aller Sorgfalt kann es zu – unter Umständen auch lebensbedrohlichen – Komplikationen kommen, die weitere Behandlungsmaßnahmen/Operationen erfordern. Die Häufigkeitsangaben sind eine allgemeine Einschätzung und sollen helfen, die Risiken untereinander zu gewichten. Sie entsprechen nicht den Definitionen für Nebenwirkungen in den Beipackzetteln von Medikamenten. Vorerkrankungen und individuelle Besonderheiten können die Häufigkeiten von Komplikationen wesentlich beeinflussen.

- **Vegetative Nebenwirkungen:** Herzschlagunregelmäßigkeiten, Herzschlagverlangsamung, niedriger Blutdruck, Übelkeit, Durchfälle, Kälteschauer, Schwitzen, Benommenheit, **psychotrope Wirkungen** (z.B. Gefühle von Wut, Unruhe, Traurigkeit, Angst). Durch eine Nadelung im Liegen/Sitzen und entsprechende Vorsichtsmaßnahmen zur Straßenverkehrsteilnahme (z.B. angemessene Wartezeit nach der Behandlung) lassen sich die Probleme gering halten.
- **Örtliche Infektionen** an den Einstichstellen. Dazu kommt es nur selten, da die Akupunkturnadeln nach jeder Benutzung sterilisiert werden bzw. Einwegnadeln zur Anwendung kommen. Häufiger treten leichte Infektionen bei der Nadelung der Ohrmuschel, und zwar bei der Benutzung von Dauernadeln, am Ohr auf.
- **Schmerzen**, wenn sich der Patient während der Sitzung bewegt, sich anspannt oder durch Nadelmanipulation.
- **Örtliche Hämatome** (Blutergüsse), vor allem bei der Akupunktur im Kopfbereich. Eventuell kann eine leichte Blutung zur Ableitung von sogenannten Fülleuständen auch beabsichtigt sein. Die Einnahme von Medikamenten zur Behandlung einer Blutgerinnungsstörung spricht nicht gegen eine Akupunkturbehandlung, kann aber die Bildung von Blutergüssen begünstigen.
- **Nervenschmerzen** als mögliche Folge der Nadelung durch mechanische Irritation von Nerven, die in der Nähe der Akupunkturpunkte liegen. Sie können in manchen Fällen Tage bis Wochen andauern.
- **Ausgeprägte Müdigkeit**, als Hinweis auf ein verstärktes Anspringen der körpereigenen Regulationsvorgänge, ist therapeutisch positiv zu werten.
- **Taubheitsempfindungen**, die harmlos sind und ohne weitere Maßnahmen wieder verschwinden.
- Patienten mit **Schuppenflechte**: Neue Herde können durch die Nadelung anfangs etwas verstärkt werden (**Koebner-Phänomen**).
- **Wehenanregung bzw. Abortauslösung bei Schwangeren** durch übermäßige Stimulation bestimmter Punkte. Die Akupunktur ist nicht für Risikoschwangerschaften geeignet.
- **Zyklusunregelmäßigkeiten, erhöhte Fruchtbarkeit** bei Frauen aufgrund der allgemeinen Ausgleichswirkung einer Akupunkturbehandlung.
- Bei **Allergie/Unverträglichkeit** (z.B. auf Latex, Medikamente) können vorübergehend Schwellung, Juckreiz, Niesen, Hautausschlag, Schwindel oder Erbrechen und ähnliche leichtere Reaktionen auftreten. Weiterhin kann es zu einem akuten Kreislaufchock kommen, der intensivmedizinische Maßnahmen erfordert. Sehr selten sind schwerwiegende, unter Umständen bleibende Schäden (z.B. Organversagen, Hirnschädigung, Lähmungen).

**Bitte fragen Sie im Aufklärungsgespräch nach allem, was Ihnen wichtig oder noch unklar ist!**

## **Erfolgsaussichten**

Je nach Erkrankung kommt es in den meisten Fällen zu einer deutlichen Besserung Ihrer Beschwerden, doch kann der Erfolg nicht garantiert werden. In der Regel werden 2 Akupunkturbehandlungen in der Woche durchgeführt, in Serien von 10–15 Behandlungen. Dann wird meist eine Pause von 2–3 Wochen eingelegt. Wenn der Therapieverlauf oder die Schwere der Behandlung es erforderlich macht, sind weitere Behandlungsserien notwendig. 3–4 Monate nach Abschluss der Behandlung sind zur Auffrischung 2–4 Akupunktursitzungen zu empfehlen, die zur Stabilisierung des Heilerfolgs beitragen.

Bei erneutem Auftreten der Erkrankung nach Monaten oder Jahren (z.B. bei Migräne) sollte frühzeitig mit einer erneuten Akupunkturbehandlung begonnen werden, die in der Regel deutlich kürzer ist als der erste Behandlungszyklus.

Bei Nichtansprechen der Therapie raten wir, die Akupunkturbehandlung abzubrechen.

### **Ihre Mitarbeit ist für den Behandlungserfolg von entscheidender Bedeutung.**

Vor allem tragen unterstützende Maßnahmen hinsichtlich Ihrer Lebensführung, wie z.B. die Vermeidung Fehlhaltungen und übermäßigen Belastungen, richtiges Ess- und Trinkverhalten, Bewegung/Sport, Stressreduktion usw. ganz wesentlich zum Behandlungserfolg bei.

## **Worauf ist zu achten?**

### **Vor der Behandlung**

Bitte geben Sie alle Medikamente – auch pflanzliche und rezeptfreie – an, die Sie derzeit einnehmen. In Abstimmung mit Ihrem behandelnden Arzt wird dann entschieden, ob ein Medikament abgesetzt oder durch ein anderes ersetzt werden muss. Dies betrifft vor allem blutgerinnungshemmende Medikamente (z.B. Marcumar®, Aspirin®, Plavix®, Iscover®, Pradaxa®, Xarelto®, Eliquis® etc.) und, bei Diabetikern, metforminhaltige Medikamente.

Bitte legen Sie einschlägige **Unterlagen** wie z.B. **Ausweise/Pässe** (z.B. für Medikamente, Allergien, Implantate) – soweit vorhanden – vor.

### **Nach der Behandlung**

Sollten bei Ihnen nach einer Akupunkturbehandlung **Beschwerden oder Missempfindungen** auftreten, so informieren Sie bitte Ihren Arzt. Eine anfängliche Krankheitsverschlechterung („Erstverschlimmerung“) ist nur vorübergehender Art und zeigt das Anlaufen der körpereigenen Heilprozesse.

**Vorsichtshalber sollten Sie, je nach aktueller Befindlichkeit, für 30 Minuten kein Fahrzeug und keine gefährlichen Maschinen bedienen und auch keine wichtigen Entscheidungen treffen.**