

Art der Therapie

Die Akupunktur ist ein Behandlungsverfahren aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Dabei werden feine Nadeln an genau definierten Punkten der Haut in unterschiedlicher Tiefe gesetzt. Ziel ist es, funktionelle Beschwerden zu beeinflussen und körpereigene Regulationsprozesse anzuregen.

In dieser Praxis werden ausschließlich sterile Einmalnadeln aus Stahl verwendet.

Die Akupunktur zählt zu den ergänzenden, alternativmedizinischen Therapieverfahren. Sie ersetzt keine ärztliche Diagnostik oder notwendige schulmedizinische Behandlung.

Umfang und Ablauf der Akupunkturbehandlung

Eine Akupunktursitzung dauert in der Regel etwa 30 bis 45 Minuten. Die Nadeln verbleiben meist für etwa 20 Minuten im Körper.

Der zeitliche Abstand zwischen den Behandlungen beträgt üblicherweise etwa eine Woche. Bei akuten Beschwerden können kürzere Abstände sinnvoll sein. Die Anzahl der Sitzungen richtet sich nach Art, Dauer und Verlauf der Beschwerden und wird individuell festgelegt. Häufig umfasst eine Behandlungsserie mehrere Sitzungen.

Die Behandlung erfolgt meist im Liegen. Vor dem Setzen der Nadeln werden die vorgesehenen Hautstellen sorgfältig lokalisiert und desinfiziert. Nach Abschluss der Sitzung werden die Nadeln entfernt und die Einstichstellen kontrolliert.

Mögliche Wirkungen und Reaktionen

Während oder nach der Akupunktur können unterschiedliche Empfindungen auftreten. Häufig werden an den Einstichstellen vorübergehend dumpfe, ziehende, warme oder drückende Gefühle wahrgenommen. Diese Empfindungen gelten als typische Reaktionen und klingen in der Regel rasch wieder ab.

Nach der Behandlung kann es zu Müdigkeit, Entspannung oder einem erhöhten Ruhebedürfnis kommen. In seltenen Fällen kann die Konzentrationsfähigkeit vorübergehend eingeschränkt sein, insbesondere unmittelbar nach der Sitzung.

Eine Besserung der Beschwerden kann eintreten, ist jedoch nicht garantiert. Der Behandlungserfolg ist individuell unterschiedlich und nicht vorhersehbar.

Nebenwirkungen und Risiken der Akupunktur

Wie bei jedem medizinischen Verfahren können auch bei der Akupunktur Nebenwirkungen und Risiken auftreten. Diese sind in der Regel leicht und vorübergehend, können im Einzelfall jedoch auch schwerwiegender sein.

Häufige oder gelegentliche Nebenwirkungen:

- leichte Schmerzen, Druck- oder Spannungsgefühl an den Einstichstellen,
- kleine Blutungen oder Blutergüsse (Hämatome),
- Rötung oder lokale Hautreaktionen,
- Müdigkeit, Schläfrigkeit oder vorübergehende Erschöpfung,
- Schwindel, Kreislaufreaktionen oder Übelkeit, insbesondere bei empfindlichen Personen.

Seltene Nebenwirkungen:

- Entzündungen oder Infektionen an Einstichstellen,
- anhaltende Schmerzen oder Missempfindungen im Bereich der Nadelung,
- vorübergehende Taubheitsgefühle oder Reizungen von Nerven.

Sehr seltene, aber ernsthafte Risiken:

- Verletzungen größerer Blutgefäße mit stärkeren Blutungen,
- Verletzungen innerer Organe oder Nerven bei zu tiefer oder nicht sachgerechter Nadelung,
- Luftansammlung im Brustraum (Pneumothorax) bei Nadelung im Brustbereich, insbesondere bei zu tiefer Nadelung,
- allergische Reaktionen auf verwendete Materialien.

Durch die Verwendung steriler Einmalnadeln und sorgfältige Durchführung wird das Risiko von Komplikationen erheblich reduziert, kann jedoch nicht vollständig ausgeschlossen werden.

Kontraindikationen und Vorsichtsmaßnahmen

Eine Akupunkturbehandlung setzt eine ausreichende medizinische Abklärung der Beschwerden voraus. Bei unklaren, plötzlich aufgetretenen oder akut behandlungsbedürftigen Krankheitsbildern ist vor Beginn der Akupunktur eine ärztliche Diagnostik erforderlich:

- bei akuten Infektionen oder fieberhaften Erkrankungen,
- schweren Allgemeinerkrankungen oder deutlich eingeschränktem Allgemeinzustand,
- akuten medizinischen Notfallsituationen oder unbehandelten, schwerwiegenden Organerkrankungen.
- ausgeprägten Blutgerinnungsstörungen (z. B. angeborene Gerinnungsdefekte),
- Einnahme von stark blutgerinnungshemmenden Medikamenten (Antikoagulanzen), insbesondere bei instabiler oder nicht ausreichend kontrollierter Einstellung,

- schweren Hauterkrankungen, Entzündungen, Verletzungen oder Infektionen im Bereich der geplanten Einstichstellen,
- ausgeprägten Sensibilitätsstörungen der Haut (z. B. bei bestimmten neurologischen Erkrankungen), bei denen Schmerzen oder Verletzungen nicht zuverlässig wahrgenommen werden,
- bekannter Neigung zu ausgeprägten Kreislaufreaktionen oder Ohnmacht,
- schweren psychiatrischen Erkrankungen, bei denen eine sichere Mitarbeit nicht gewährleistet ist,
- Epilepsie, insbesondere bei unzureichender medikamentöser Kontrolle,
- bestimmten Tumorerkrankungen, abhängig von Art, Stadium und Gesamtbehandlung.

Die Einnahme von thrombozytenhemmenden Medikamenten (z. B. niedrig dosierte Acetylsalicylsäure wie ASS 100) stellt in der Regel keine absolute Kontraindikation für eine Akupunktur dar. In diesen Fällen erfolgt die Behandlung unter angepassten Vorsichtsmaßnahmen.

Schwangerschaft:

Während der Schwangerschaft ist Akupunktur nur unter besonderer Vorsicht und mit angepasster Punktwahl möglich. Bestimmte Akupunkturpunkte dürfen in der Schwangerschaft nicht verwendet werden.

Kinder und Jugendliche:

Akupunktur stellt einen invasiven Eingriff dar und kommt bei Kindern und Jugendlichen nur bei klarer medizinischer Indikation und nach sorgfältiger Abwägung in Betracht.

In der Praxis wird Akupunktur bei Minderjährigen nur in begründeten Ausnahmefällen durchgeführt. Bei unspezifischen Beschwerden oder funktionellen Befindlichkeitsstörungen wird in der Regel auf nicht-invasive Therapieformen wie manuelle Techniken oder Akupressur zurückgegriffen.

Bitte informieren Sie uns vor der Behandlung über bestehende Erkrankungen, regelmäßige Medikamenteneinnahmen, eine bestehende Schwangerschaft oder andere relevante Vorerkrankungen. Bei Unsicherheiten kann eine Rücksprache mit der behandelnden Ärztin oder dem behandelnden Arzt sinnvoll oder erforderlich sein.

Indikationen und Behandlungsmöglichkeiten der Akupunktur

Für bestimmte Krankheitsbilder liegen wissenschaftliche Untersuchungen und medizinische Leitlinien vor, in denen Akupunktur als mögliche ergänzende

Behandlungsoption empfohlen oder berücksichtigt wird. Hierzu zählen insbesondere:

- chronische Schmerzen des Bewegungsapparates, z. B.
 - chronische Rückenschmerzen
 - Kniegelenksarthrose
- Kopfschmerzkrankungen, insbesondere
 - Migräne
 - Spannungskopfschmerzen

Die Anwendung der Akupunktur erfolgt hierbei ergänzend zu einer medizinischen Basisdiagnostik und gegebenenfalls bestehenden schulmedizinischen Therapien. Der individuelle Behandlungserfolg kann nicht vorhergesagt werden.

Weitere Behandlungsmöglichkeiten

Über leitliniengestützte Indikationen hinaus wird Akupunktur traditionell und erfahrungsmedizinisch auch bei weiteren Beschwerdebildern eingesetzt. Diese Anwendungen entsprechen unter anderem historischen internationalen Ausbildungs- und Anwendungsbeschreibungen der Akupunktur.

Für diese Anwendungsbereiche liegen teilweise keine oder keine einheitlichen wissenschaftlichen Wirksamkeitsnachweise vor. Die Akupunktur stellt hierbei eine ergänzende Maßnahme dar und ersetzt keine ärztliche Diagnostik oder Behandlung.

Hierzu zählen unter anderem:

- funktionelle Beschwerden des Bewegungsapparates, z. B. muskuläre Verspannungen, myofasziale Schmerzsyndrome,
- Kopfschmerzen und Migräne, außerhalb klar leitliniengestützter Anwendung,
- funktionelle gastrointestinale Beschwerden, z. B. Reizmagen- oder Reizdarmsymptomatik,
- gynäkologische Funktionsstörungen, z. B. Zyklusbeschwerden,
- begleitende Maßnahmen im Rahmen von Kinderwunschbehandlungen,
- HNO-nahe Funktionsstörungen, z. B. Tinnitus oder funktioneller Schwindel,
- urologische oder vegetative Funktionsstörungen, z. B. Reizblase,
- stress-, belastungs- oder vegetativ bedingte Beschwerden, z. B. Schlafstörungen oder Erschöpfungszustände.

Die Entscheidung über eine Anwendung erfolgt individuell nach sorgfältiger Aufklärung und gemeinsamer Abwägung von Nutzen und möglichen Risiken.