

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Akupunktur

F: Wegen meiner Rückenschmerzen wurde mir eine Akupunkturbehandlung vorgeschlagen. Ich habe leider gar keine Ahnung davon. Was wird da genau gemacht?

A: Akupunktur ist eine sehr alte Heilmethode aus China und besonders bekannt für Erfolge in der Schmerzbehandlung. Es werden dabei feine Nadeln an bestimmten Stellen des Körpers eingestochen.

F: Ist das nicht sehr schmerzhaft?

A: Weniger als eine Spritze, da die Nadeln wesentlich dünner sind.

F: Wie lange bleiben die Nadeln?

A: Das ist unterschiedlich. Es gibt die Akupunktur nach Felix Mann, wo nur eine Nadel für einige Sekunden eingestochen und dann wieder entfernt wird. Am Ohr gibt es andererseits auch die Möglichkeit, flache kleine Dauernadeln, die mit einem Pflaster gesichert werden zu verwenden. Man hat dann sozusagen einen „Knopf im Ohr“, der für mehrere Tage bleiben kann. Bei einer normalen Akupunktursitzung liegt man entspannt auf einer Liege, und die Nadeln werden nach 20 bis 30 Minuten wieder entfernt.

F: Ich kann mir das nicht so richtig vorstellen. Wie kommt denn da die Wirkung zustande?

A: Nach der Philosophie der chinesischen Medizin ist der gesamte Körper von Energiebahnen durchzogen, die sog. Meridiane. In diesen fließt die Lebensenergie, das Qi. Wenn dieser Fluss blockiert ist, kommt es zu Schmerzen oder Krankheit. Die Nadel erzeugt einen Reiz, der Störungen ausgleicht. Die Ärzte im alten China fanden das alles durch Beobachtung und Erfahrung heraus. Bei modernen Untersuchungen hat man festgestellt, dass es durch Akupunktur zur Ausschüttung von körpereigenen schmerzlindernden Stoffen, einer Stärkung des Immunsystems und verbesserten Durchblutung des Gewebes kommt.

F: Wie viele Behandlungen braucht es denn?

A: Das kommt darauf an, wie lange die Schmerzen schon bestehen. Bei akuten Beschwerden können ein bis zwei Behandlungen reichen. In der Regel geht man von 10 Behandlungen aus im Abstand von einer Woche. Die Regel ist die: je akuter die Erkrankung, desto kürzer die Abstände – also manchmal sogar jeden Tag – und je chronischer, desto länger sind die Intervalle.

F: Und wie schnell wirkt das dann?

A: Sehr verschieden, je nach Ansprechen. Man sagt, dass ab der 5. Behandlung mit einer Besserung gerechnet werden kann. Nach meiner Erfahrung geht es meist viel schneller. Ich kann mich an einen Tennissportler erinnern, den eine einzige Behandlung von einem jahrelangen Rückenschmerz befreite. Am Anfang kann es manchmal eine vorübergehende leichte Verschlechterung geben, die ein Hinweis ist, dass der Körper reagiert. Wenn nach 10-12 Behandlungen keine Besserung eingetreten ist, sollte man besser nach einer anderen Methode schauen.

F: Gibt es Gefahren oder Nebenwirkungen?

A: Bei Beachtung der Stichtiefe an bestimmten Stellen, z.B. über der Lunge, keine. Bei Dauernadeln am Ohr kann es selten zu einer Infektion kommen. Ich habe in über 25 Jahren intensiver Akupunkturbehandlung bei vielen Patienten keine einzige Komplikation gesehen. Auf meiner Homepage finden Sie übrigens noch mehr Informationen, auch über ganzheitliche Therapie bei Rückenschmerzen.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 080 72 | 28 25
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie