

# **Gliederung der Akupunktur-Vorlesung**

## **Universität Hamburg, Fachbereich Medizin**

### **Querschnittsbereich »Reha und Naturheilkunde«**

- Vorstellen
- Historischer Hintergrund der TCM, speziell der Akupunktur
- Die 5 Säulen der TCM
- WHO-Indikationen für Akupunktur, 28 Erkrankungen der Kategorie 1 (Akupunktur als alleinige Therapie), zusammenfassende Indikationen
- Relative und absolute Kontraindikationen
- Akupunktur und westliche Medizin: Studien, Forschung
- Wissenschaftliche Grundlagen der Akupunktur
- Grundlagen der Akupunkturlehre, Regeln
- Praktische Anwendung – Therapiekonzept – Akupunkturtechniken
- Aurikulomedizin

## Handout Akupunktur

**Akupunktur** ist eine der ältesten uns bekannten medizinischen Behandlungsmethoden und weltweit am weitesten verbreitet.

So weist der circa 5.000 Jahre alte „Ötzi“ klare Moxa-Schmauchspuren am Knochen unter Akupunkturpunkten auf. Schriftliche Überlieferungen gibt es seit 2.300 Jahren-das **älteste Lehrbuch** ist der Klassiker der Inneren Krankheiten des Gelben Kaisers (*Huang Di Nei Jing*) aus dem dritten vorchristlichen Jahrhundert.

**Akupunktur** gehört zum kulturellen Erbe der asiatischen Welt und ist eine der **fünf Säulen der TCM** (Traditionelle Chinesische Medizin):

- **Akupunktur:** Nadeltechnik an definierten Körperpunkten
- **Phytotherapie:** Kräuterheilkunde
- **Tuina-Massage:** spezielle „Massage“-Techniken an Leitbahnsystemen entlang
- **Qigong:** meditative Entspannungstechniken
- **Diätetik:** Ernährungslehre, z. B. der „Fünf Elemente“

**Aurikulomedizin (Ohrakupunktur und -diagnostik, s.u.) gehört nicht in das klassisch-chinesische Konzept.**

Akupunktur ist eine **Regulationstherapie**, die auf der energetischen und kybernetischen (Informations- ) Ebene eine ausgleichende und damit heilende oder lindernde Wirkung ausübt. Sowohl **akute als auch chronische Erkrankungen** bieten ein breites Therapiespektrum für die Akupunktur (s.Indikationen).

# Karin Steinke, Ärztin

Tätigkeitsschwerpunkte: Störherddiagnose und Störherdtherapie  
Ausbildungsreferentin der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin  
Lehrbeauftragte für Akupunktur des Fachbereichs Medizin der Universität Hamburg

In der **westlichen Medizin** muss die Wirksamkeit von Akupunktur für jede einzelne Indikation durch Studien nachgewiesen werden. So sieht die **WHO** (Weltgesundheitsorganisation) insgesamt **107 Indikationen** zur alleinigen oder unterstützenden Therapie. Unter die Kategorie eins fallen **28 Krankheiten**, bei denen Therapieerfolge überzeugend **durch kontrollierte klinische Studien belegt** sind, also deutlich mehr, als die fünf Erkrankungen, die die bundesdeutschen Ersatzkrankenkassen zur Zeit in ihren Erstattungskatalog aufgenommen haben:

Kopfschmerz, Migräne, Rückenschmerz, Knieschmerz, reaktive Depression.

## **WHO-Indikationen der Kategorie eins:**

- Allergische Rhinitis
- Rheumatische Arthritis
- Depression, reaktive
- Distorsion
- Dysenterie, akute bakterielle
- Dysmenorrhoe, primäre
- Fetale Fehllage
- Gallenkolik
- Hypertonie, essentielle
- Hypotonie, primäre
- Leukopenie
- Lumbago
- Nebenwirkungen von Radiatio und Chemotherapie
- Nierenkolik
- Oberbauchbeschwerden, akute:
  - Akute und chron. Gastritis
  - Peptische Ulzera
- Schlaganfall , Folge von, innerhalb sechs Monaten
- Schmerzen im Ellenbogenbereich
- Schmerzen im Gesichtsbereich
- Schmerzen im Kniebereich
- Schmerzen im Kopfbereich
- Schmerzen im Nackenbereich
- Schmerzen im Nervus-Ischiadicus-Bereich
- Schmerzen im Schulter-Arm-Bereich
- Schmerzen im Zahnbereich
- Schmerzen, postoperativ
- Übelkeit, allgemein und Erbrechen
- Übelkeit, morgens
- Weheneinleitung und Geburtsbegleitung

# Karin Steinke, Ärztin

Tätigkeitsschwerpunkte: Störherddiagnose und Störherdtherapie  
Ausbildungsreferentin der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin  
Lehrbeauftragte für Akupunktur des Fachbereichs Medizin der Universität Hamburg

## Zusammenfassende Wirkungen:

- **analgetisch**
- **anti-inflammatorisch**
- **anti-allergisch**
- **vegetativ-regulierend, bei Sportlern auch als „doping“ geeignet**
- **anti-krampfbildend**

## Unerwünschte Wirkungen und Kontraindikationen

Unerwünschte Wirkungen oder Komplikationen sind Folge fehlerhafter Technik, schlechter Diagnosestellung oder falscher Punktwahl. **Deshalb sollten nur gut ausgebildete Ärztinnen und Ärzte Akupunkturtherapien durchführen.** Die Übertragung parenteral übertragbarer Krankheiten (Hepatitis, AIDS, etc.) ist durch Verwendung steriler Einmalnadeln oder Laserakupunktur ausgeschlossen.

## Komplikationen:

- Verschlimmerung der Symptomatik (Erstreaktion)
- Kollaps, Schwindel, Übelkeit (parasymphatiktone Sensationen)
- Hämatome an der Punktionsstelle (Stechen oberflächlicher Kapillare)
- Verletzung anatomischer Strukturen (Pneu, Darm, Arterien)
- Infektionen an der Punktionsstelle
- Herpes-Aktivierung
- Verbrennen der Haut bei falscher Moxibution (Erwärmen der Nadeln)

# Karin Steinke, Ärztin

Tätigkeitsschwerpunkte: Störherddiagnose und Störherdtherapie

Ausbildungsreferentin der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin

Lehrbeauftragte für Akupunktur des Fachbereichs Medizin der Universität Hamburg

## Relative Kontraindikationen

- Nach großer Anstrengung
- Besonders schmerzempfindliche Patienten und Kleinkinder (hier Laserakupunktur)

## Absolute Kontraindikationen

- Besondere Punkte in der Frühschwangerschaft
- Hämorrhagische Diathese und Antikoagulantientherapie (Marcumar, Heparin,
- ASS, etc.). Hier nur Laserakupunktur.
- Infektionen und Dermatitis im Bereich von Akupunkturpunkten. Nur Laserakupunktur.
- Endogene Depressionen, schwere Psychosen, Schizophrenie

## Akupunktur und westliche Medizin

Viele Konzepte der **Schmerz- und Suchttherapie** beinhalten seit über 30 Jahren Akupunktur als adjuvante Therapie. Vor allem als **Prophylaxe** – zum Beispiel bei Chemotherapie induziertem Erbrechen, in der Geburtshilfe oder vor einer Heuschnupfen-Saison – gewinnt die Akupunktur mehr und mehr an Bedeutung. **Akupunktur als Vor- und Nachsorge bei operativen Eingriffen** – auch bei zahnärztlichen – **reduziert Schmerzen, schützt vor Infektionen und fördert Blutstillung und Wundheilung.**

Akupunktur ist kostengünstig und reduziert Liege- und Krankheitsdauer und den Arzneimittelkonsum. **Im Gegensatz zur Pharmakotherapie ist sie fast nebenwirkungsfrei, risikoarm und kann mit jeder anderen Therapie kombiniert werden** (ausser: s. Kontraindikationen, dort eventuell Laserakupunktur).

## Folgende Reihenfolge ist jedoch immer einzuhalten:

- Schulmedizinische Diagnose
- Eventuell Notfalltherapie
- Unterstützende Akupunktur bis zur Klinikeinweisung
- Begleitende Akupunktur im weiteren Verlauf
- Bei ambulanter Versorgung: Abwägung der alleinigen **oder** adjuvanten Akupunktur
- (sowohl-als-auch-, **nicht** entweder-oder- Einsatz der Akupunktur).

## Wissenschaftliche Grundlagen

Akupunktur wird seit Jahrtausenden erfolgreich angewendet, aber erst die modernen wissenschaftlichen Methoden ermöglichen eine funktionelle Analyse von Akupunkturpunkten und Leitbahnen. Trotzdem sind wir noch weit von einem endgültigen, wissenschaftlichen Erklärungsmodell entfernt.

## Übersicht über den aktuellen Forschungsstand:

- 1. Rezeptordichte:** In Akupunkturpunkten liegt die Rezeptordichte der Haut bei 0,31 Rezeptoren pro mm<sup>2</sup> (normale Haut bei 0,16 pro mm<sup>2</sup>).
- 2. Lokalisation:** Akupunkturpunkte haben als morphologisches Substrat besondere Gefäß- Nervenbündel
- 3. Elektrophysiologie:** Akupunkturpunkte haben einen geringeren Widerstand und eine höhere Kapazität als indifferente Hautareale. Ausserdem besteht eine Potentialdifferenz von 2 bis 60 mV zur umgebenden Haut.
- 4. Hauttemperatur:** Die Temperatur von Akupunkturpunkten ist höher als von indifferenter Haut
- 5. Neurale Leitungsbahnen:** Demyelinisierende Erkrankungen und Rückenmarksaffektionen verhindern eine Weiterleitung des Akupunkturereizes. Der Therapieerfolg bleibt aus.

6. **Neurophysiologie:** Umschaltstellen der Akupunktur-Stimulation befinden sich im Rückenmark und Thalamus und sind mit denen der Schmerzrezeptoren identisch:

Gate-Control-System von Mezzack und Wall:

1. Die schnell leitenden, markhaltigen A-Delta-1- und A-Delta-2-Fasern hemmen präsynaptisch über Zwischenneurone die Impulsübertragung der langsamen, marklosen Fasern. Dieses sogenannte Eintrittskontrollsystem wird in der Substantia gelatinosa vermutet.
  2. Es existiert ein zentrales Kontrollsystem, das das Eintrittskontrollsystem umgehen kann. Ob ein Reiz als Schmerz empfunden wird, hängt von der gegenseitigen Beeinflussung beider Regelsystem ab. Die Akupunktur kann Übertragung nozizeptiver Schmerzreize hemmen.
7. **Humorale Wirkung – Endorphine:** Akupunktur fördert die Sekretion von Endorphinen und ist pharmakologisch durch den Morphin-Antagonisten *Naloxon* hemmbar. Bei Ausfall der Hypophyse wirkt Akupunktur nicht mehr schmerzhemmend.

Im Liquor ist nach Akupunktur der  $\beta$ -Endorphin-Spiegel erhöht.

**8. Neurotransmitter – Serotonin und Noradrenalin:** Vermehrte Ausscheidung des Abbauproduktes 5-Hydroxyindolessigsäure im Urin nach Akupunktur.

## Grundlagen der TCM und Akupunktur

Im Vergleich zur westlichen Medizin kennt die TCM keine isolierten Organerkrankungen. Ihr Grundprinzip ist die chinesische Philosophie und das taoistische Weltverständnis.

Die TCM beruht auf der Kenntnis der vernetzten Organfunktionen in Kreisläufen und des übergeordneten universellen Zusammenhangs (**Qi**), in den der Mensch eingebunden ist, als Teil eines Ganzen. So wird der erkrankte Mensch auch immer ganzheitlich betrachtet und behandelt.

### Akupunktur-Regeln und Energiekopplung

#### 1. Regel der Fünf Wandlungsphasen

## Grundlage jeglicher Akupunktur-Anamnese

Die Lehre der fünf Wandlungsphasen ist Grundlage jeglicher Akupunktur-Anamnese, des Verständnisses der Ursache und Behandlung einer Erkrankung. Sie beruht auf der Zuordnung bestimmter Naturbeobachtungen, die Rückschlüsse auf den Menschen zulassen, um entstandene Dysbalancen und Disharmonien regelnd auszugleichen und zu heilen (**Yin-Yang-Prinzip**).

Den fünf Elementen **Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser** sind **12 Leitbahnen** (Meridiane) zugeordnet, die immer in einer **Yin-Yang-Paarung** bestehen, die ein geschlossenes System bilden, in der die Energie zirkuliert.

- Lunge – Dickdarm (Yin-Yang)
- Magen –Milz-Pankreas (Yang-Yin)
- Herz –Dünndarm (Yin-Yang)
- Blase –Niere (Yang-Yin)
- Kreislauf-Sexus – 3-Erwärmer (Yin-Yang)
- Gallenblase – Leber (Yang-Yin).

**Meridiane** bzw. **Leitbahnen** sind gedachte Hilfslinien auf der Körperoberfläche und helfen bei der Orientierung der definierten Lokalisationen der Akupunkturpunkte. Sie besitzen Verbindungen zu inneren Verläufen der Leitbahnen.

Des weiteren gibt es **12 Tendinomuskuläre-** und **8 Sondermeridiane**.

## 2. Lehre der Antiken Punkte

Jede Leitbahn besitzt fünf Punkte, die bereits in der **Antiken Akupunktur** eine Schlüsselrolle einnahmen. Sie befinden sich immer im distalen Abschnitt einer Leitbahn zwischen Finger- bzw. Zehenspitze und dem ersten großen Gelenk

(Ellenbogen und Kniegelenk). Sie beinhalten die hundert wichtigsten Punkte und bilden die Grundlage des energetischen Ausgleichs der Kräfte.

### Die Bezeichnungen der Punkte:

Ting-, Yong-, Yü-Yünn-, King-, Ho-Punkt.

Tonisierungs-, Sedations-, Quell-, Lo-Punkt.

Der Lo-Punkt übernimmt die energetische Verbindung zu seinem Partnermeridian, um dort Energie aufzunehmen oder abzuleiten. Die anderen Punkte werden eingesetzt, um ein Zuviel oder ein Zuwenig an Energie auszugleichen.

## 3. Shu-Mo-Regel

Zustimmungs- (Shu) und Alarmpunkte (Mo) haben eine besondere Beziehung zu einem Organ bzw. Funktionskreis. Es werden alle situs-Organen darüber zusätzlich angesprochen. Sie befinden sich auf dem dorsalen und ventralen Stamm. Durch Stimulation dieser Punktekombinationen erlangt man einen dorso-ventralen Energieausgleich. Die Punktlokalisation stimmt mit den Head'schen Zonen nahezu perfekt überein.

# Karin Steinke, Ärztin

Tätigkeitsschwerpunkte: Störherddiagnose und Störherdtherapie

Ausbildungsreferentin der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin

Lehrbeauftragte für Akupunktur des Fachbereichs Medizin der Universität Hamburg

## Benennung weiterer Akupunktur-Punkte

- **Meisterpunkte:** Beziehen sich auf eine einzige Symptomatik oder einen Symptomenkomplex, z.B. Meisterpunkt für Tonsillitiden oder Meisterpunkt für Gefäßerkrankungen
- **Spezialpunkte:** ähnlich wie Meisterpunkte, historisch später dazu gekommen in der empirischen Beobachtung ihrer Wichtigkeit
- **Gruppen-Lo-Punkte:** Unterstützen einen speziellen Yin- oder Yang-Aspekt einer Erkrankung der unteren oder oberen Extremität
- **Kardinalpunkte:** Schalten die acht aussergewöhnlichen Leitbahnen ein, wichtig in der Therapien chronischer Erkrankungen
- **Reunionspunkte:** Hier vereinigen sich Sekundärverbindungen
- **Extra- oder Neupunkte:** Diese liegen ausserhalb der bekannten Leitbahnverläufe und sind im Laufe der empirischen Beobachtung der Akupunktur hinzu gekommen.
- **Locus-dolendi- oder Triggerpunkte:** druckdolente Punkte, die sich ausserhalb der Leitbahnen befinden können
- **Chakrapunkte:** übergeordnete Energiepunkte der sieben Chakren
- **Vereinigungspunkte der TMM (Tendino-muskuläre-Meridiane):** Punkte, die die Yin- oder Yang-Leitbahnen der oberen oder unteren Extremität miteinander verbinden (KG 3, Dü 18, Gb13, Gb 22 ) und bei akuten und subakuten Schmerzsyndromen indiziert sind.

## Praktische Anwendung

In der praktischen Anwendung der Akupunktur-Therapie verfolgt man nach Erhebung einer dezidierten Akupunktur-Anamnese bei **akuten Erkrankungen** ein spezielles **Therapie-Konzept**:

- **Locus-dolendi-Punkte:** Zum Beispiel bei Kniebeschwerden lokale Punkte rund ums Knie, die auf Druck empfindlich reagieren.
- **Fernpunkte:** Diese können weit von der Beschwerdesymptomatik lokalisiert sein, es sind die Punkte der Antiken Regel (Tonisierungs-, Sedations-, Quell-, Ho-, Lo-Punkte etc.)
- **Allgemeine Punkte:** Meister-, Spezial-, Gruppen-Lo-, Reunions-, Chakra-Punkte etc.
- **Bei chronischen Erkrankungen** kommen zusätzlich **Kardinalpunkte** in Betracht.

## Akupunktur-Techniken

**Akupunktur** (mit Nadeln, lat:*akus*=Nadel, *pungere*=stechen):

- Es gibt *tonisierende* und *sedierende* Stichtechniken.
- Es gibt die *oberflächliche* Akupunktur (nur in der *cutis* verbleibend) und die Nadelung ins *punctum maximum* (= der in der Tiefe liegende Punkt), die bei exakter Implantierung das *Deqi*-Gefühl (wie eine kleine elektrische Durchströmung) auslöst.

### Laserakupunktur

- mit bestimmten Frequenzen werden Akupunkturpunkte bestrahlt
- schmerzfreie Behandlung bei Kindern oder sehr schmerzempfindlichen Patienten

### Akupunktmassage

- Massage eines oder mehrerer Punkte (nicht zu verwechseln mit Tuina-„Massage“ = spez.manuelle Techniken im Verlauf eines Meridians)

# Karin Steinke, Ärztin

Tätigkeitsschwerpunkte: Störherddiagnose und Störherdtherapie

Ausbildungsreferentin der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin

Lehrbeauftragte für Akupunktur des Fachbereichs Medizin der Universität Hamburg

## Kurzzeit-Nadeln

- Einsatz in der Körperakupunktur mit Stahl-, Gold- oder Silbernadeln. Die Patienten verweilen mit den Nadeln für eine halbe bis dreiviertel Stunde in einem ruhigen Nebenraum, danach werden die Nadeln wieder entfernt

## Moxibustion

- Erwärmen der Nadeln mit Feuer (Feuerzeug) oder Einsatz von Moxa-Zigarren (aus getrocknetem Beifuß), die über die Akupunktur-Punkte gehalten werden

## Dauernadeln

- Einsatz in der Aurikulomedizin (= Ohrakupunktur, s.u.) Die kleinen Nadeln verbleiben für eine Woche im Ohr und werden dann entfernt, der Patient stimuliert die Stahlnadeln zu Hause mit einem Magneten.

## Behandlungsdauer

Bei **akuten Erkrankungen** sollte bei *lege-artis*-Anwendung (profunde Ausbildung!) der Akupunktur diese innerhalb von fünf bis spätestens zehn Sitzungen erfolgreich behandelt sein. **Chronische Erkrankungen** bedürfen mehr Geduld und sehr viel Erfahrung, auch und speziell mit dem psychosomatischen Hintergrund einer chronischen Erkrankung. Eine Prognose ist hier schwer abzugeben.

## Aurikulomedizin

Aurikulomedizin, auch Ohrakupunktur genannt, ist primär **keine chinesische** Therapierichtung, sondern eine europäische „Weiterentwicklung“. Sie wurde 1955 vom französischen Arzt *Dr. Paul Nogier* aus Lyon (gestorben 1996) begründet und wird heute unter anderem vom deutschen Arzt *Dr. Frank Bahr* (1. Vorsitzender der *Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin, e. V.*) aus München stetig weiter entwickelt und beforscht.

Die Aurikulomedizin geht von dem Wissen aus, dass der gesamte Organismus in Resonanz zum Humunculus am Ohr abgebildet ist (vergleichbar mit Resonanz -Zonen an Zunge, Schädel, Händen und Füßen). Selbstverständlich bilden sich am Ohr auch alle Leitbahnsysteme ab, so dass die TCM-Grundlagen mit ihren Regeln auch hier Anwendung finden.

Darüber hinaus bietet das ausgeklügelte System der Aurikulomedizin mannigfaltige Diagnosemöglichkeiten bis zur **Störherddiagnose**.

**Störherde** sind auf der energetischen Ebene Blockaden oder latent vorhandene Schrittmacher für Erkrankungen, die schulmedizinisch, labortechnisch oder bildgebend nicht verifizierbar sind, zum Beispiel ein toter Zahn, der Blockaden in einem Leitbahnsystem auslösen oder unterhalten kann. Werden diese Störherde nicht aufgespürt, kann es vorkommen, dass eine Akupunkturbehandlung nicht zum zu erwartenden Erfolg führt.

Eine spezielle Richtung dieser Akupunktur nennen wir **kontrollierte Akupunktur**. Mit Hilfe eines Resonanzphänomens (RAC = *reflex-auriculo-cardiaque* oder *Nogier-Reflex*) werden die exakten Lokalisationen der Punkte und punkt- und diagnosegenau Blockaden (Störherde) aufgefunden. Die Störherde werden per Akupunktur ins Behandlungskonzept mit aufgenommen. Damit werden eventuell vorkommende **Therapieresistenzen vermindert** oder sogar vermieden.

# Karin Steinke, Ärztin

Tätigkeitsschwerpunkte: Störherddiagnose und Störherdtherapie  
Ausbildungsreferentin der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin  
Lehrbeauftragte für Akupunktur des Fachbereichs Medizin der Universität Hamburg

*Diese Ausführungen sind zur Vorbereitung für die Klausur im Querschnittsbereich „Reha und Naturheilkunde“ geeignet. Sie erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit.*

Spezielle Meridian-Lehre, Vertiefung des Wissens und praktische Anwendung werden in meinem Akupunktur-Seminar gelehrt, mit der Option der Anerkennung der Stundenzahl und Erlass des Grundkurses in der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin e.V.

Zur Förderung des Nachwuchses wird dieses Seminar durch Drittmittel gesponsert und kostet deshalb nur noch 120,-€ pro Semester. Die Veranstaltung ist zweisemestrig. Beginn ca. 14.04./a und ca. 14.10./a., Anmeldung nur telefonisch.

Nähere Informationen: [www.karinsteinke.de](http://www.karinsteinke.de)

Weiterbildungs-Curriculum: [www.akupunktur-arzt.de](http://www.akupunktur-arzt.de)

©2006-2007 Karin Steinke, 6. Auflage, Oktober 2006

Ich erteile **ausschließlich nur** dem Institut für Allgemeinmedizin des Fachbereichs Medizin der Universität Hamburg die Genehmigung zur Vervielfältigung meines Handouts. Das Downloaden meines Handouts zur Vorbereitung der Klausur ist nur Studierenden des Fachbereichs Medizin der Universität Hamburg erlaubt.