

# **AKUPUNKTUR in der Schmerztherapie des Bewegungssystems**

Irene RONIGER, Petra RINNER

Akupunktur ist eine ganzheitliche Methode, sie umfaßt stets den Menschen als Einheit und kann so all diese Ursachen mitbehandeln. Nach einem ausführlichen ärztlichen Gespräch wird die Punkteauswahl getroffen. Hormonelle Dysregulation, Wetterfühligkeit, Beschwerden des Magen- Darm- Trakts,... werden genauso erfaßt wie Schmerzen des Bewegungsapparates.

## **GESCHICHTE der AKUPUNKTUR**

Bereits seit ca. 4000 Jahren ist Akupunktur eine in China anerkannte Therapieform. Sie ist Teil des Lehrgebäudes der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Grabfunde belegen, daß neben Steinnadeln in früheren Zeiten auch Bambussplitter verwendet wurden. Später wurden Gold und Silbernadeln, heute Stahlnadeln eingesetzt. Die ältesten schriftlichen Aufzeichnungen beinhaltet der „Kanon des gelben Kaisers“, der vor ca. 2000 Jahren herausgegeben wurde. Bereits „Ötzi“ zeigte Tätowierungen an Akupunkturpunkten.

Ein sehr wesentlicher Baustein der Traditionellen Chinesischen Medizin sind die Arzneimittel pflanzlicher und tierischer Herkunft, welche als Tee gereicht werden und in China eine bedeutendere Rolle als die Akupunktur spielen. Die regelmäßige Durchführung von Bewegungstherapie wie Qi-Gong soll ebenfalls die Gesundheit erhalten. Aber vor allem die Akupunktur faszinierte die europäischen Ärzte. Das Wissen über diese Therapieform gelangte erstmals in der Mitte des 17. Jahrhunderts nach Europa, und hat vor allem in den letzten Jahrzehnten ihren Siegeszug angetreten - als weitgehend nebenwirkungsfreie und sichere Methode zur Therapie von Erkrankungen und Schmerzen.

## **TCM – Traditionelle Chinesische Medizin**

Eine Erkrankung ist laut Traditioneller Chinesischer Medizin eine Störung des Umwandlungsvorganges des „Qi“ (Qihue) der Lebensenergie aus dem Alles hervorgeht. Ziel jeder Therapie ist die Wiederherstellung eines Gleichgewichts zwischen Yin und Yang, die gemeinsam das Ganze ergeben. Yin steht für das Weibliche, für die Nacht, die Kälte und Unten. Yang steht für das Männliche,

für den Tag, die Wärme und Oben. Diese beiden polaren Kräfte müssen sich harmonisch ergänzen und stehen im ewigen Wechsel.

Für die Diagnoseerstellung werden vom chinesischen Arzt wesentlich mehr Gesichtspunkte miteinbezogen.

In fünf Wandlungsphasen werden fünf Elemente beschrieben: Holz, Metall, Wasser, Feuer und Erde, denen Jahreszeiten, Gemütszustände, Geschmacksrichtungen, aber auch Organsysteme und Erkrankungen zugeordnet sind. Durch den Fluß der Lebensenergie Qi soll ein ausgewogenes Verhältnis zwischen diesen Funktionskreisen erreicht werden.

### **MERIDIANSYSTEM**

Die Akupunkturpunkte liegen auf den Meridianen, das sind Energieleitungsbahnen durch die die Energie ununterbrochen zirkuliert. Zwölf sind paarig angeordnet und einem Organ zugeordnet. Auf diesen Meridianen liegen die Akupunkturpunkte, die fortlaufend numeriert sind. Zusätzliche Meridiane sind zum Beispiel das Konzeptionsgefäß in der Ventralmeridiane und das Lenkergefäß in der Dorsalmeridiane.

Akupunkturpunkte sind anatomisch genau definiert und mit einem Hautwiderstandsmesser meßbar. Die Bedeutung der verschiedenen Punkte ist unterschiedlich, Kardinalpunkte sind zum Beispiel sehr energiereiche Punkte, Sedativpunkte leiten die Energie von dem Meridian ab, weitere Beispiele sind Alarmpunkt, Zustimmungspunkt oder Tonisierungspunkt. Ferner hat auch jeder Punkt lokale Bedeutung.

### **TRIGGERPUNKTE**

Viele dieser Punkte sind uns jedoch auch schon viel länger bekannt und werden als Triggerpunkte bezeichnet. Ein Triggerpunkte ist „eine übererregbare Stelle innerhalb eines verspannten Muskelbündels in einem Skelettmuskel, der in der Faszie des Muskels, die druckschmerzhaft ist, charakteristischen Übertragungsschmerz, Empfindlichkeit und autonome Phänomene hervorrufen kann“ (Travell-Simons). Diese Stellen sind spontanschmerzhaft oder druckschmerzhaft.

Auch dem Laien hilft bei Kopfschmerzen eine Friktion seitlich an den Schläfen zur Aktivierung des Punktes Galle 3, welcher auch in der Akupunktur diese Indikation aufweist. Durch eine Massage im Bereich der Nasenwurzel wird der Punkt Blase 2 mit der Indikation Stirnkopfschmerzen und auch Sinusits behandelt.

In der Orthopädie infiltrieren wir Triggerpunkte mit Lokalanästhetika und aktivieren dadurch ebenfalls Akupunkturpunkte.

### **Vergleich Triggerpunkte-Akupunkturpunkte**

Beispielsweise bei der Behandlung des Cervikalsyndroms sowohl bei pathomorphologischen Veränderung mit oder ohne radikulärer Symptomatik oder nur auf Grund von muskulären Verspannungen entspricht 3E 15 dem Triggerpunkt des M. trapezius, der Punkt Blase 10 dem M. semispinalis cap. und Galle 20 dem M. splenius capitis. Diese Punkte werden im Rahmen der Akupunktur, der Neuraltherapie wie auch der orthopädischen Infiltrationstherapie verwendet.

### **SONDERFORMEN**

Durch die sogenannte **Moxabustion** kann Punkten zusätzlich Energie in Form von Wärme zugeführt werden. Bei der Moxabustion verwendet der Arzt glühendes Beifußkraut, das früher in einem kleinen Kegel unmittelbar auf die Haut aufgebracht wurde. Heute wird zumeist die indirekte Moxabustion verwendet, wobei eine Unterlage zwischen Moxakegel und Haut gelegt wird oder die sogenannten Moxazigarren angewendet.

Neben der beschriebenen Körperakupunktur gibt es auch Sonderformen der Akupunktur. Dazu gehört die Ohrakupunktur: der gesamte Körper ist auf der Ohroberfläche abgebildet und speziell beim Bewegungsapparat kann man hier verblüffende Sekundenphänomene beobachten. Weitere Möglichkeiten sind die Schädelakupunktur nach **Yamamoto**, die Koreanische Handakupunktur und die Mundakupunktur. Bei Kindern kann man Laserakupunktur einsetzen um dem Kind das Stechen der Nadel zu ersparen (dies gilt vor allem auch für die Seelenruhe der Eltern). Akupressur und Farbakupunktur sind ebenfalls Sonderformen ohne Nadelstich.

### **IN der PRAXIS**

Bei chronischen Erkrankungen wird die Akupunktur als regulierende Therapie meist 1x pro Woche durchgeführt, in akuten Fällen kann dies auch häufiger sein. Insgesamt werden meist 10 Behandlungen vereinbart, wobei die Nadeln 20 Minuten im Körper verbleiben. Bei Bedarf kann die Akupunktur auch öfter durchgeführt werden.

Ein **Beispiel** für eine Akupunkturkombination bei Lumboischialgie mit radikulärer Läsion bei Diskusprolaps L4/5 wäre:

Magen 36 „Sann-Li“, ein Punkt mit einem sehr großen Wirkungsspektrum sowohl auf die Muskulatur aber auch als „Göttliche Gleichmut“ auf die Seele; Blase 60 „Kroun Loun“, der „Meisterpunkt aller Schmerzen“ insbesondere jener Schmerzen, die von der Wirbelsäule ausgehen; Gallenblase 34 „Iang-Ling-Tsiuann“, der Meisterpunkt der Muskulatur; Blase 58 „Fei-Iang“, auch bei der Claudicatio intermittens indiziert, ein Stoffwechselfunkt. Bei einem Erschöpfungssyndrom empfehle ich zusätzlich KG6 „das Meer der Energie“.

Im Rahmen des Aufenthaltes an der Abteilung für orthopädische Schmerztherapie erhalten die Patienten meist 2x in der Woche, vorzugsweise an jenen Tagen, an denen keine Infiltrationen stattfinden, Akupunktur. Bei akuten Zustandsbildern geben die Patienten meist nach ein bis zwei Sitzungen ein gutes Ansprechen an; zusätzlich werden Infiltrationstherapie, Manuelle Medizin und medikamentöse Therapie eingesetzt. Bei chronischen Beschwerden gibt der Patient durchschnittlich nach der vierten Sitzung ein gutes Ansprechen an. Hier muß die Akupunktur in Kombination mit allen Therapiemöglichkeiten inklusive Entspannungstraining und psychologischer/psychotherapeutischer Betreuung angeboten werden. Die **Ziele der Akupunktur** sind sowohl die Beeinflussung des Schmerzes wie auch die Beeinflussung der Schmerzschwelle, psychisch ausgleichend bzw. roborierend und vor allem im Sinne der Ganzheitsmedizin den gesamten Menschen umfassend. Durch diese Betrachtungsweise läßt sich die Akupunktur aus der Schmerztherapie nicht mehr wegdenken.