

Akupunktur

Akupunktur

Die chinesische Originalbezeichnung lautet „Zhen-Jiu“, das heißt „Nadelstechen und Räuchern“ (Moxibustion).

Die Akupunktur ist lediglich ein Teilbereich der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), einem komplexem philosophischem Modell entsprechend der ganzheitsmedizinischen Betrachtungsweise. Die Grundlagen der TCM entstanden zwischen dem vierten und dem zweiten Jahrhundert vor Christus. Sie entwickelte sich aus Beobachtungen und Erfahrungen der damaligen Ärzte, die von Generation zu Generation tradiert und verbessert wurden.

Was ist das Prinzip der Akupunktur?

„Schmerz ist der Ruf des

Körpers nach frei fließender Energie“.

Dieses Zitat von Willi Penzel, dem Begründer der Akupunkturmassage nach W. Penzel beschreibt das Prinzip der chinesischen Denkweise: Gesundheit ist der harmonische Fluss von Qi (Lebensenergie) mit seinem passiven, weiblichen Anteil, dem Yin und seinem aktiven, männlichen Anteil, dem Yang.

Diese beiden lebenserhaltenden Kräfte sind im Körper als Gegenpole gleichzeitig wirksam. Ihr Gleichgewicht stellt den idealen Gesundheitszustand dar, ihr Ungleichgewicht führt zu Beschwerden und Krankheit. Qi, Yin und Yang fließen in den Energieflussbahnen, den Meridianen, die den Körper wie ein Netz überziehen. Diese sind gedachte Linien unter der Hautoberfläche, das „Flussbett“ für das Qi. Die Akupunkturpunkte sind Schaltstationen auf diesen Bahnen.

Krankheit und Schmerz sind somit Energieflussstörungen, die durch Freimachen der Meridiane und durch

Stimulation von bestimmten Reflexzonen, den Akupunkturpunkten, beseitigt werden. Somit können die Akupunkturpunkte auch als diagnostisches Hilfsmittel verwendet werden, da sie bei Erkrankung innerer Organe oft besonders empfindlich sind.

“Die Stimulation von Akupunkturpunkten, sei es durch Massage oder mit Nadeln, ist eine der ältesten und heute am weitest verbreiteten Heilmethoden der Welt. Sie ist als wichtiger Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin ein Mittel zum Energieausgleich zwischen Yin und Yang.”

Dr. Veronika Königswieser

Akupunktur ohne Nadeln?

Kennen Sie schon Lifewave

Patches? Sofortige Wirkung, ohne dass etwas in die Haut eindringt.

Lifewave Patches

“Akupunktur ist in Österreich seit 1986 vom Obersten Sanitätsrat als Heilmethode offiziell anerkannt.”

Wie wird stimuliert?

Am bekanntesten ist die klassische chinesische Akupunktur, die sogenannte Körperakupunktur. Dabei werden sehr dünne Nadeln, meist Einmal-Nadeln aus biegsamem Stahl, von 0,20-0,40 mm Durchmesser, 1 mm bis wenige Zentimeter tief durch die Haut durchgestochen. Nach heutigem Hygiene-Standard werden die Nadeln nach einmaligem Gebrauch entsorgt. Die Akupunktur erfolgt im Sitzen oder im Liegen.

Können Kinder akupunktiert werden?

Ab 8 Jahren darf mit Nadeln akupunktiert werden, vorausgesetzt das Kind toleriert die Nadelung.

Optimal geeignet vom 1. Tag an: LifeWave

Akupunkturpflaster, vollkommen schmerzfrei und hochwirksam.

Nichts dringt in die Haut ein.

Die Pflaster reflektieren zelleigene Lichtfrequenzen (Biophotonen) und stimulieren so Akupunktur- und Schmerzpunkte.

Ist Nadelakupunktur schmerzhaft?

Beim Einstich durch die Haut spürt man den kleinen Nadelstich, der jedoch durch die Feinheit der Nadel meist zu vernachlässigen ist. Dieser geringe Schmerz ist viel schwächer als derjenige, durch eine Impfung oder Spritze entsteht.

Erst in der Tiefe löst die Nadel das sogenannte „DeQi-Gefühl“ aus, übersetzt: „das Ankommen des Qi“. Dies ist ein charakteristisches Kribbeln,

Wärmegefühl oder dumpfes Ziehen, das in verschiedene Richtungen ausstrahlen kann. Bei manchen Punkten ist es stark, bei manchen sehr schwach. Ziel einer erfolgreichen Stimulation eines Akupunkturpunktes ist es jedoch immer, ein DeQi-Gefühl auszulösen.

Wobei kann Akupunktur helfen?

Nach eingehender schulmedizinischer Untersuchung und Abklärung der Symptome wird eine ausführliche Anamnese nach traditionellen chinesischen Gesichtspunkten erhoben. Dabei wird auch nach Ernährungsgewohnheiten, Schlaf, Stuhlbeschaffenheit, Regelblutung gefragt.

Für die chinesische Medizin ist es auch sehr wichtig, welche Geschmacksvorlieben bestehen, ob man eher ein Einzelgänger oder Partytiger ist, oder ob man leicht aufbraust oder eher eine geduldige Persönlichkeit besitzt.

Die traditionelle chinesische Medizin mit Akupunktur als Teilgebiet ist Ganzheitsmedizin im eigentlichen Sinn.

Ich wende ich Akupunktur als alleinige oder unterstützende Therapiemethode an bei:

- Schmerzen aller Art, besonders des Bewegungsapparates
- Wirbelsäulenbeschwerden, Gelenksproblemen
Nackenverspannungen
- Kopfschmerz, Migräne
- Trigeminusneuralgie
- Allergien
- Asthma
- Akne
- Neurodermitis

- Verdauungsprobleme, Verstopfung, Durchfall
- Mb. Crohn, Colitis ulcerosa
- Magenbeschwerden
- Lebererkrankungen
- Häufiger Harnwegsinfekt
- Regelbeschwerden
- Hormonelle Störungen, Wechselbeschwerden
- Kinderwunsch
- Schwangerschaftsbegleitung
- Bluthochdruck
- Durchblutungsstörungen
- Funktionelle Herzerkrankungen
- Häufige Infekte (Mandeln, Mittelohr, Schnupfen, Husten)
- Nasennebenhöhlenentzündung
- Mund- und Rachentrockenheit
- Hörsturz
- Tinnitus
- Bettnässen
- Hyperaktivität
- Schlafstörungen
- Libidoverlust
- Prostatitis
- Depression
- Chronisches Müdigkeitssyndrom, Erschöpfungszustände
- Rheuma
- Unterstützende Suchtbehandlung: Nikotin, Esssucht

Wodurch wirkt die Akupunktur?

Freisetzung von Nervenbotenstoffen und Hormonen, dadurch reflektorische Beeinflussung der

- Schmerzwahrnehmung
- Organfunktion
- des Immunsystems
- Durchblutungsförderung
- Entspannung der Muskulatur
- Psychischen Verfassung, Stimmung

Weitere Möglichkeiten, Akupunkturpunkte zu stimulieren:

Ohrakupunktur

Auf den Reflexzonen der Ohrmuschel sind alle Teile und Organe des gesamten Körpers abgebildet. Übergeordnete Punkte haben speziellen Einfluss auf die Psyche und das vegetative Nervensystem (Schlaf, Kreislauf, Stimmung,...).

Durch den kurzen Reflexweg zum Gehirn tritt bei der Ohrakupunktur eine besonders schnelle und wirkungsvolle Reaktion ein. Die Stimulation erfolgt mittels sehr dünner, kurzer Ohrnadeln, Dauernadeln oder Dauerkügelchen.

Dauernadeln

Nach Entfettung und Desinfektion mit medizinischem Alkohol wird ein steriler, winziger, 1-2-mm großer „Reißnagel“ in den Punkt gedrückt und mit einem Mini-Pflaster festgeklebt. Kann bis zu 4 Tagen im Ohr bleiben.

Zweck ist es, die Ohrpunkte über einen längeren Zeitraum zu reizen. Sinnvoll bei chronischen Erkrankungen, oder z.B. als Unterstützung der Ausscheidungsorgane während einer Entgiftungskur.

Das Berühren oder Liegen auf dem Ohr mit der Dauernadel kann unangenehm sein, ist aber tolerierbar. Sollte sich jedoch eine schmerzhaft Rötung und Erwärmung der Stelle entwickeln, muss die Dauernadel sofort entfernt werden und ein Hautdesinfektionsmittel aufgebracht werden. Bei Anhalten der Beschwerden über 1 Tag nach Entfernung der Nadel, bitte, den Arzt kontaktieren.

Ohr-Dauerkügelchen

Samen- oder Stahlkügelchen von $\frac{1}{2}$ mm Durchmesser, werden mit

durchsichtigem Pflaster aufgeklebt. Zweck: sanfte Stimulation der Punkte über einen längeren Zeitraum. Können bis zu 1 Woche im Ohr bleiben. Spätestens jedoch am Vortag der nächsten Akupunktursitzung entfernen.

Akupunktmassage nach Penzel (APM)

Die Meridiane werden in ihrem Verlauf mit Hilfe eines Metallstäbchens massiert, d.h. Striche auf der Haut entlang der Meridiane gezogen.

Durch diese Technik werden- wie bei einer „Kanalaräumung“-Blockaden und Hindernisse im Flussbett der Meridiane weggekehrt, sodass die Energie wieder frei fließen kann. Ich verwende die APM gerne als Vorbereitung des Energiesystems für eine Akupunkturserie und bei akuten Beschwerden.

Laserakupunktur

Mit einem Laserstab werden durch Laserlicht die Punkte je 10 bis 30 Sekunden bestrahlt.

Besonders für Kinder geeignet und dort, wo Nadeln kontraindiziert sind.

Elektroakupunktur

An die im Akupunkturpunkt liegende Nadel wird ein Stromkabel angeklemmt, das aus einem Gerät sehr schwache Stromimpulse liefert. Man spürt ein leichtes Kribbeln. Zweck: bei sehr energiewachen Patienten ist Strom eine gute Quelle der Energiezufuhr von Außen.

Injektionsakupunktur

Xylocain, Prokain oder Lidokain, wie sie auch in der Neuraltherapie zur Anwendung gelangen und/oder Homöopathika werden mit einer sehr feinen Nadel in die Akupunkturpunkte eingespritzt.

Stimulation mit Permanentmagneten

Diese werden auf die Akupunkturpunkte aufgeklebt und verbleiben dort bis zu mehreren Tagen. Gut bei Beschwerden im Bewegungsapparat.

Akupressur

Klopfen oder Massieren der Akupunkturpunkte