



Akupunkturnadeln können am ganzen Körper gesetzt werden, je nach Erkrankung, z.B. in die Hand, Stirn, den Bauch oder das Ohr. Wichtig dafür ist ein erfahrener Arzt oder Heilpraktiker

Menschen mit chronischen Schmerzen überschreiben kann", erklärt Privatdozent Dr. med. Dominik Irnich, zweiter Vorsitzender der Deutschen Ärztegesellschaft für Akupunktur e.V. (DÄGfA) und Leiter der Schmerzambulanz der Uniklinik München. Damit die Nadeln wirken, müssen sie an den richtigen Stellen gesetzt werden. Zudem werden unterschiedliche Akupunkturpunkte miteinander kombiniert. Welche Kombi optimal ist, hängt vom individuellen Krankheitsbild des Patienten ab. Eine genaue Diagnose ist

daher vor einer Akupunktur wichtig. Dr. Irnich: „Sie sollte durch einen erfahrenen Arzt erfolgen, der sich dafür Zeit nimmt.“ So sehr die Akupunktur bei vielen körperlichen Beschwerden helfen kann, so sehr sind ihr aber auch Grenzen gesetzt. Dr. Irnich: „Wenn im Körper etwas zerstört ist, wird es durch Akupunktur nicht wieder gesund.“

Mehr Wissen & Hilfe finden
 Informationen und Ärzte, die mit Akupunktur behandeln, finden Sie auf: www.daegfa.de



Sieht schmerzhafter aus, als es ist: Die Nadeln pieksen kaum!

Sogar die Schulmedizin erkennt die heilsame Nadeltechnik an
Akupunktur: Ist es egal, wo sie in der Haut stecken?

Die Chinesen vertrauen ihr seit Jahrtausenden und auch hierzulande setzen immer mehr Menschen auf Akupunktur. Jeder Zehnte hat sich in Deutschland schon einmal damit behandeln lassen. An bestimmten Punkten des Körpers (es sind insgesamt 360) werden dabei dünne Nadeln gesetzt, um damit die körpereigenen Selbstheilungsmechanismen zu aktivieren.

Grundlage der Akupunktur ist die Vorstellung einer im Körper fließenden Energie (chinesisch Qi), die entlang der zwölf Energieleitbahnen (Meridiane) strömt. Jeder Meridian wird einem Organsystem zugeordnet. Ist der Energiefluss gestört (z. B. auch durch seelische Belastungen) kann dies zu Krankheiten oder Schmerzen führen.

Einst belächelt, ist die Akupunktur mittlerweile von vielen Schulmedizinern anerkannt. Zahlreiche Studien haben ihre Wirksamkeit bestätigt – das reicht von Heuschnupfen bis zu Kopfschmerzen. Wissenschaftlich geht man davon aus, dass ihre heilende Wirkung unter anderem dadurch zustande kommt, dass der stimulierende Reiz der Nadeln im Gehirn eine vermehrte Ausschüttung schmerzlindernder und stimmungsaufhellender Substanzen auslöst, wie das „Glückshormon“ Endorphin. „Es gibt sogar Hinweise, dass Akupunktur das sogenannte Schmerzgedächtnis bei