

# Akupunktur wirkt bei Kreuzschmerzen - Schmerzlinderung ca. 1/3

## *zusätzlich zur schulmedizinischen Behandlung*

Die Akupunktur ist eine Behandlungsform, die seit mehreren tausend Jahren in Asien benutzt wird. Besonders häufig wird sie bei uns zur Behandlung von Schmerzen eingesetzt. Die Dicke einer Akupunkturnadel beträgt etwa 0,20 mm - 0,35 mm, das entspricht etwa dem halben Durchmesser einer Injektionsnadel.

**Die Wirkungsweise der Akupunktur kann man sich vereinfacht so vorstellen:**

Die Akupunktur aktiviert ein körpereigenes System der Schmerzkontrolle.

1. Auf Rückenmarksebene erfolgt eine segmentale Hemmung der einströmenden Schmerzreize durch nicht schmerzhafte Reize aus den Muskelspindeln, die von den Akupunkturnadeln getroffen werden.
2. Über die Akupunkturnadelreize werden Monoamine (Neurotransmitter) freigesetzt, die im Hinterhornneuron, ebenfalls auf Rückenmarksebene, eine absteigende Hemmung vermitteln.
3. Nervenreize von den Akupunkturnadeln wirken auf den Hypothalamus (Mittelhirn) und führen hier zu einer Endorphinausschüttung (körpereigenes Morphin), das zur allgemeinen Schmerzminderung beiträgt.

Aus rechtlichen Gründen ist darauf hinzuweisen, dass eine Wirksamkeit der Akupunktur mit anerkannten Prüfverfahren bisher nicht zweifelsfrei nachgewiesen worden ist. Dem Wissen nach entspricht die Behandlung deshalb einem so genannten Heilversuch. Eine Wirkung kann erst im Behandlungsverlauf oder auch nach deren Abschluss eintreten, oder auch völlig ausbleiben.

Die Akupunktur kann so genannte überschüssige Reaktionen auslösen, die vom Patienten in der Regel als unerwünscht empfunden werden. Dazu zählen:

1. Vorübergehend übermäßige Entspannung und Ermüdung nach der Behandlung, unter Umständen mit Beeinträchtigung der Verkehrstüchtigkeit Vorübergehende vegetative Reaktionen wie Schwitzen

**oder Schwächegefühl, Schlafstörung**

2. **Vorübergehende, sehr selten auch länger anhaltende Verstärkung des zu behandelnden Leidens**
3. **Aktivierung von latenten (bereits vorhandenen, aber noch nicht ausgebrochenen) Krankheitsprozessen**
4. **Vorübergehende Nervenreizungen, evtl. mit Schmerz- und Sensibilitätsstörung in der Einstichregion**

### **Mögliche Komplikationen und unerwünschte Folgen der Akupunktur können sein:**

**Durch die Akupunkturnadel können kleine Blutgefäße verletzt werden. Dadurch kann die Einstichstelle etwas bluten oder ein Hämatom (blauer Fleck) entstehen. Einige Patienten reagieren auf den Einstich der Akupunkturnadeln vorübergehend mit Kreislaufsymptomen wie Schwindel, Herzrhythmusstörungen und Blutdruckabfall.**

**Beim Stechen der Akupunkturnadeln besteht ein sehr geringes Risiko einer Entzündung. Die Übertragung z.B. einer Leberentzündung (Hepatitis) oder von Aids (HIV) ist bei der Benutzung steriler Einwegnadeln ausgeschlossen.**

**In extrem seltenen Fällen kann die Akupunkturnadel vergessen werden oder abbrechen. Im schlimmsten Fall kann dies einen operativen Eingriff zur Entfernung der Nadel erforderlich machen.**

**In Einzelfällen wurde beschrieben, dass bei nicht sachgerechter Benutzung von Apunkturnadeln innere Organe wie Herz und Lunge (Pneumothorax) verletzt wurden.**

**Mit Ausnahme des Hämatoms und der Kreislaufstörungen sind alle unerwünschten Wirkungen extrem selten. Ihre Häufigkeit wird auf unter 0,01 % der Behandlungen geschätzt, d.h. sie kommen höchstens einmal unter 10.000 Behandlungen vor.**

---

## Auswertung 100 Patienten Dr. Brunner/Dr. Thüringer

(Bewertung 0= gar keine; 10= am stärksten)

Stärke des Hauptschmerzes

Vorher 6,60 Nachher 4,33

Beeinträchtigung im Alltag

Vorher 5,74 Nachher 4,18

Beeinträchtigung der Stimmung

Vorher 4,85 Nachher 3,2

Zufriedenheit mit der Schmerzbehandlung

(1= sehr zufrieden; 10= gar nicht)

3,68