



TCM-AKUPUNKTUR

Die Akupunktur als ein Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) hat eine mehr als 3000 Jahre alte Geschichte. In unserer westlichen Welt hat sie sich schon längst etabliert und gehört im europäischen Raum zu den beliebtesten und meist bekannten Therapieformen aus Asien.

Der Akupunktur liegt das Meridiansystem – Energieleitbahnen, auf denen die Punkte liegen – zugrunde. Mit dem Einstechen in die Punkte, die sich im Übrigen größtenteils mit den „Trigger-Punkten“ der westlichen Medizin decken, wird nach dem chinesischen Verständnis das Qi (Vitalenergie) und dessen Energiefluss reguliert. Die TCM versteht Krankheit als eine Störung/Blockade des Qi, welcher in den Meridianen zirkuliert. Die Meridiane durchziehen den ganzen Körper wie ein Netzwerk, vergleichbar mit unserem Verständnis über die Blutgefäße und des Kreislaufs. Durch die Art und Weise, wie die Nadeln gesetzt werden, kann ein Punkt tonisierend oder sedierend wirken. Hier vermutet die Wissenschaft, dass die Stimulation im peripheren Nervensystem Auswirkungen über das Rückenmark zum Gehirn zeigen und biochemische Reaktionen auslösen.

Die Akupunktur zählt aufgrund ihrer Wirkungsweise zu den Regulationstherapien. In der chinesische Medizin gilt die Lehre von Yin und Yang als polare Kräfte, die sich dynamisch im wechselseitigen Zusammenspiel befinden, als eine der wichtigsten Säulen. Alle Erscheinungen und Veränderungen des Lebens und Naturphänomene lassen sich davon ableiten. Yin und Yang brauchen und definieren sich durch ihre Gegensätzlichkeit und Veränderungen entstehen durch die Spannung zwischen diesen Extremen. Aus deren Gleichgewicht wird Gesundheit definiert. Ist dieses Gleichgewicht aus der Balance, da eines der Pole überwiegt oder blockiert ist, entsteht Krankheit. Die Akupunktur stellt dieses Gleichgewicht durch Stimulation der entsprechenden Punkte wieder her und wirkt somit harmonisierend und anregend auf die körpereigenen Selbstheilungsmechanismen.

Laut WHO gibt es mehr als 40 Krankheiten, für deren Behandlung die Akupunktur empfohlen wird. In meiner Praxis biete ich die Akupunktur für folgende Indikationen an:

- Migräne | Kopfschmerzen
- Burnout | Depression | Erschöpfungszustände
- Schlafstörungen | Innere Unruhe
- Tinnitus
- Periphere Durchblutungsstörungen (Hände, Arme, Beine)
- Ödeme
- Schulter-Arm-Syndrom
- Tennisellbogen
- Ischialgie | Lumbalgie
- Kniegelenkschmerzen
- Magen-Darmkrankheiten | Obstipation
- Geburtsvorbereitung
- Klimakterium | Dysmenorrhoe
- Allergien | Heuschnupfen
- Erkältungskrankheiten | Immunsystem