

Was ist Akupunktur?

Akupunktur bedeutet primär das Einstechen von Nadeln in genau definierte Punkte zu therapeutischen Zwecken.

Unter den Oberbegriff Akupunktur werden jedoch auch andere Reizmethoden als die alleinige Nadelung eingereicht. Die klassischen Akupunkturpunkte liegen auf linearen Leitlinien, den „Meridianen“. Diese Heilmethode wirkt vor allem bei gestörten, aber nicht bei zerstörten Strukturen. Weil sich innere Erkrankungen an die Körperoberfläche projizieren und dort am Akupunkturpunkt offenbar werden, können Akupunkturpunkte auch als diagnostisches Hilfsmittel eingesetzt werden. Akupunktur ist eine wertvolle Ergänzung, jedoch kein Ersatz für die schulmedizinische Diagnostik. Andererseits kann man über die Reizsetzung am Akupunkturpunkt das innere Organ beeinflussen. Ziel dabei ist, den Körper in ein dynamisches Gleichgewicht zu bringen. Die Chinesen sprechen von der Balance zwischen Yin und Yang.

Yin und Yang sind die beiden einander komplementären Aspekte aller Lebensbereiche und Vorgänge. Sie symbolisieren Energie und Materie, wobei das eine ohne das andere undenkbar wäre. Die Rolle von Yin ist dabei die materielle Basis, die Rolle von Yang die Funktion. Gleichzeitig stellen sie auch ein Paar von Gegensätzen dar, wie Licht und Schatten, Tag und Nacht oder Mann und Frau – zwei Aspekte, die einander einerseits bedingen, andererseits ausschließen und deren Zusammenwirken den Lauf der Welt in Gang hält.

Akupunktur ist in Österreich seit 1986 vom obersten Sanitätsrat als Heilmethode offiziell anerkannt.

Wie wirkt Akupunktur?

- Nervös-reflektorisch: Impulse, die man bei einer Akupunkturbehandlung setzt, wirken auf verschiedenen Ebenen des Zentralnervensystems und bewirken eine veränderte Schmerzverarbeitung bzw. Schmerzwahrnehmung.
- Humoral-endokrin: Man konnte nachweisen, dass vermehrt Substanzen freigesetzt werden, die schmerzlindernd, psychisch regulierend, aber auch abwehrsteigernd wirken (z.B. Endorphin, ACTH etc.)
- Durchblutungsfördernd
- Effekte auf die Muskulatur: Die Akupunktur bewirkt eine Entspannung der Muskulatur, und zwar nicht nur am Ort des Nadelstiches, sondern auch weit entfernt davon im „Zielgebiet“ des Punktes.
- Immunmodulierend: Die körpereigene Abwehrkraft wird verbessert und gestärkt.