



AKUPUNKTUR

2/2013

Auch online lesen unter www.akupunktur-patienten.de

Liebe Patientin, lieber Patient,

warum interessieren Sie sich für Akupunktur? Weil Sie von Erfolgen gehört haben – im nahen Familienkreis, von Bekannten oder aus der Presse? Vielleicht haben Sie auch selbst schon mit dieser Therapieform Bekanntschaft gemacht und sich von der Wirkung überzeugen können. Schön, dass die Wissenschaft immer mehr Beiträge und Nachweise für die Wirksamkeit der Methode liefert – sie erhält damit immer mehr ihren ganz offiziellen Stellenwert in der so genannten Schulmedizin.

Vielleicht wird es bald so sein, dass jeder Schulmediziner genau einschätzen kann, ob und wann eine Akupunkturbehandlung in Ihrem speziellen Fall sinnvoll sein könnte. Im Idealfall wird er Sie dann an einen Akupunkturspezialisten weiterverweisen.



© iStockphoto

Editorial / Impressum	S. 2
Migräne und Akupunktur	S. 3
Beiß die Zähne zusammen....	S. 4
Kopfschmerzen – Ursachenforschung	S. 5
Kopfschmerzen durch Kiefergelenkfehlfunktionen mit muskulären Verspannungen	S. 6
Expertenrat Kopfschmerz	S. 8
Vorschau: Rückenschmerz	S. 8

**MIT FREUNDLICHER
EMPFEHLUNG ÜBERREICHT**

Gewitter im Kopf

Kopfschmerzen sind weit verbreitet, jeder von uns hat sie mal ertragen müssen. Und es gibt Millionen von Menschen, die leiden unter der Extremform dieser Schmerzen – Migräne. Kopfschmerzen müssen nicht unbedingt ein Grund zur Besorgnis sein. Manchmal ist die Ursache eindeutig. So kann z.B. eine Stirnhöhlenvereiterung infolge einer Erkältung vorliegen. Auch eine Grippe kann der Grund sein. Ein Trauma infolge eines Schlages auf den Kopf kann ebenfalls zu Kopfschmerzen in der Stirn führen, genauso Kiefergelenkprobleme oder Blockierungen der Halswirbelsäule oder des unteren Rückens, manchmal auch seelische Belastungen. Doch oft handelt es sich auch um so genannte „primäre“ Kopfschmerzen in der Stirn. Das bedeutet, dass keine anderen Ursachen, z.B. eine Erkrankung oder ein Trauma, vorliegen. Die Schmerzen werden dann als eigenständiges Phänomen betrachtet und behandelt. Die Schmerzen sind plötzlich da und schwer zu ertragen.

Schulmedizinisch ist die Migräne nicht zu heilen – nur zu unterdrücken. Die dafür entwickelten Medikamente werden immer besser, haben jedoch Nebenwirkungen.

Wie Sie in den nachfolgenden Fachartikeln lesen können, kann Akupunktur jedoch sehr gut helfen!

Die meisten Migränepatienten berichten über Schmerzen hinter den Augen, wenn sie einen Anfall haben. Haben Sie gewusst, dass es schulmedizinisch dafür noch keine Erklärung gibt? Die Chinesen haben eine Erklärung: Der Gallenmeridian (der bei Migräne-Patienten in der Regel nicht gut mit Energie versorgt ist), läuft dreifach zum Auge und auch hinter das Auge. Auch berichten viele Migräne-Patienten

über eine typische Uhrzeit, zu der der Schmerz beginnt – frühmorgens. Manche wachen schon gegen halb drei nachts auf. Warum? Der Gallenmeridian hat etwas zu dieser Zeit seine „Durchfluss-Zeit“. Gibt es mit diesem Durchfluss ein Problem, entsteht der Schmerz.

Damit ich nicht falsch verstanden werde: Ich würde niemals auf eine gute Schulmedizin verzichten wollen. Besonders nicht in der Diagnostik mit modernen Methoden (Knochenbrüche, Tumoren usw.) und auch nicht in der Notfallmedizin. Schließlich bin ich selbst „Schulmedizinerin“. Und wenn etwas dort nicht weiter geht, dann können die Naturheilkunde und insbesondere die Akupunktur Lösungen anbieten. Nehmen auch Sie diese Lösungen wahr – das Leben ist für Krankheit zu kurz!

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen warmen und lieblichen Sommer

Ihre Dr. Beate Strittmatter




© Foto: privat

Dr. med. Beate Strittmatter
Ausbildungsleiterin der DAA,
München.

66121 Saarbrücken
E-Mail: Strittmatter@t-online.de

Die Patientenzeitschrift Akupunktur wird herausgegeben und verlegt von der Deutschen Akademie für Akupunktur | DAA e.V., München.

Koordination und Objektleitung:

Dr. Susanne Beyersdorf, Eichhalde 46, 79104 Freiburg,
Susanne.Beyersdorf@gmx.de

Verantwortlicher im Sinne des Presserechts (v.i.S.d.P.):

Prof. mult. h.c. VRC Dr. med. Frank R. Bahr, Präsident der DAA e.V.

Redaktion, Bild und Text:

Deutsche Akademie für Akupunktur | DAA e.V.
Osserstraße 40, 81679 München

Produktion:

Schmidt Media Design, Plumserjochstraße 7, 81825 München
www.schmidtmedia.com

Erscheinungsweise: Quartalsweise

Copyright: Jeder Patient, jede Patientin kann für private Zwecke die Onlinezeitschrift unter www.akupunktur-patienten.de lesen, ausdrucken, herunterladen und auch vervielfältigen. Für gewerbliche Zwecke gelten die Bestimmungen des Urheberrechts, insbesondere ist die vorherige Zustimmung der Deutschen Akademie für Akupunktur | DAA e.V. notwendig.

Wichtiger Hinweis: Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann von der Deutschen Akademie für Akupunktur | DAA e.V. keine Gewähr übernommen werden. Jeder Benutzer ist angehalten, durch sorgfältige Prüfung der Beipackzettel der verwendeten Präparate und gegebenenfalls nach Konsultation eines Spezialisten festzustellen, ob die dort gegebene Empfehlung für Dosierungen oder die Beachtung von Kontraindikationen gegenüber der Angabe in dieser Zeitschrift abweicht. Eine solche Prüfung ist besonders wichtig bei selten verwendeten Präparaten oder solchen, die neu auf den Markt gebracht worden sind. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Autoren und Herausgeberin appellieren an jeden Benutzer, ihm etwa auffallende Ungenauigkeiten der Herausgeberin mitzuteilen.

Migräne und Akupunktur

Migräne zählt zu den sehr häufigen Beschwerden, weshalb Patienten meine Praxis aufsuchen – vor allem Kranke, die woanders keine Hilfe mehr erhielten. Wie Sie in den anderen Artikeln in diesem Heft lesen können, kann die Ursache von Kopfschmerz und Migräne vielfältig sein. Migräne ist oft mit einer Schwäche des Gallenblasenmeridians verbunden (siehe Artikel Prof. Dr. Frank Bahr) oder kommt von den Kiefergelenken, der Halswirbelsäule oder auch einmal von so genannten Störherden (z.B. kann eine Narbe den Energiefluss des Gallenmeridians behindern und dann treten nach der Operation eines Außenbandschadens am Knöchel oder einem Eingriff im Gesicht plötzlich Kopfschmerzen auf, die früher nicht da waren). Ich schaue bei allen Migräne-Patienten grundsätzlich alle Faktoren an – inklusive der Austestung von Nahrungsmittelunverträglichkeiten (manchmal ist eine einfache Unverträglichkeit von Weizen oder Milch dafür „zuständig“, dass Kopfschmerzen entstehen oder bestehende Kopfschmerzen nicht gut therapiert werden können).

Manchmal jedoch finde ich wenig Auslöser und muss dann weiterforschen – im Reich der Psyche.

Die Seele neigt dazu, wenn sie nicht gehört wird, ein Symptom zu entwickeln. Wegen dieses Symptoms gehen wir dann natürlich zum Arzt. Beispiel: Eine Patientin hat eine riesige Wut auf ihre Eltern (oder ihren Mann oder sonst jemanden). Weil es sich aber nicht gehört, diese Wut auszudrücken (zumindest denkt die Patientin das so), ist sie weiter immer lieb und nett und schluckt ihre Gefühle herunter. Schon als Kinder lernen wir, dass wir, wenn wir geliebt werden wollen, so oder so zu sein haben. Wir lernen schnell, welche Eigenschaften und Verhaltensweisen in uns geschätzt werden und welche nicht. Wir alle haben zwei wichtige Anliegen: Wir wollen geliebt werden und....wir wollen dazugehören – Teil der Gemeinschaft sein. Ein großes Gefühl ist auch eine große Energie! Und diese hat genau zwei Möglichkeiten, wo sie hin kann: nach außen (indem man das Gefühl äußert, sich ausdrückt) oder nach innen (wo es sich durch ein Symptom ausdrückt).

Betrachten wir einmal das Wesen der Migräne – der Kopfschmerz wird als unerträglich beschrieben, als hämmernd, als aggressiv. Es lohnt sich nachzuforschen, wo der betroffene Mensch vielleicht einmal selbst gerne aggressiv wäre, selbst einmal hämmern (draufschlagen) würde.

Um Patienten für diesen Zusammenhang zu sensibilisieren, erzähle ich ihnen manchmal diesen Witz:

Sagt die Seele zum Körper: Du Körper, der Mensch hört nicht auf mich, was soll ich machen? Sagt der Körper: Mach Dir keine Sorgen, ich mach das für Dich, auf mich hört er!

Da lachen sie dann, die Frauen, und manchmal auch Männer, mit der Migräne und können sich ganz gut einlassen. Auch

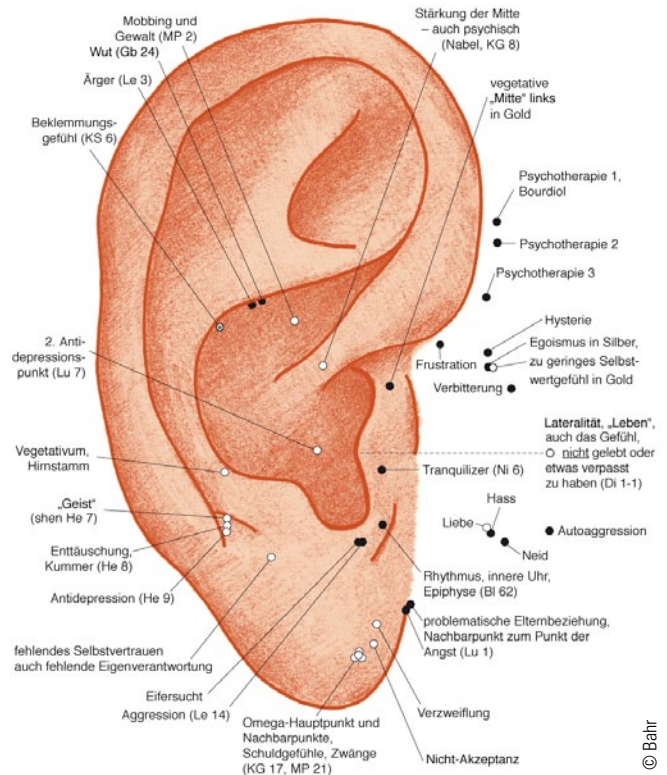


Abb. 1: die psychischen Ohrakupunkturpunkte nach Bahr

bei Bauchschmerzen (was schlägt mir auf den Magen?), Stirnhöhlenentzündungen (die Nase voll haben), Tinnitus (was kann ich nicht mehr hören?), Kreuzschmerzen (welches Kreuz trage ich?), Blasenentzündungen (welche Gefühle will ich nicht mehr haben?) und so weiter ist es immer sinnvoll, sich genau anzusehen, welches Bild ein Symptom darstellt. Man braucht kein Hellseher zu sein, um diese Bilder zu übersetzen. Es klingt einfach. Und es **ist** einfach! Während der letzten 20 Jahre, wo die Fälle, die mir geschickt werden, immer „schwieriger“ wurden, war ich gezwungen, das zu lernen.

Manchmal gibt es auch andere Gründe: Wer Kopfschmerzen hat, beansprucht Ruhe, Zuwendung, ein Bett und geschlossene Gardinen. Mir hat mal eine gestresste Mutter gestanden: Wissen Sie, wenn ich Migräne habe, ist das zwar schlimm – aber es ist auch eine Auszeit für mich....

Was können wir jetzt mit der Akupunktur/Ohrakupunktur beitragen, um zu helfen? Bewusstmachen und Gespräch ist wichtig. Danach kann man wunderbar über die so genannten psychischen Punkte helfen (siehe Abb. 1), dass ein Mensch es wagt, sich auszudrücken: dem Partner oder den Eltern (oder manchmal auch den eigenen Kindern) auch mal unangenehme Dinge zu sagen; für sich selbst einzustehen, seinen eigenen Platz im Leben zu beanspruchen. Oder dass eine Mutter dazu stehen kann, eine Auszeit zu verlangen. In der Regel zieht

das den Respekt der Menschen um uns herum nach sich und macht uns stark. Wir müssen uns aber erst einmal trauen! Ich erinnere mich deutlich an eine Patientin mit Gesichtsschmerzen, die anfangs schwer zu behandeln waren – wir fanden schließlich zusammen heraus, dass sie ihr ganzes Leben schon darauf aus war, ihr „Gesicht zu wahren“ (bis es ihr schließlich weh tat, das Gesicht, und zwar im Bereich der Nebenhöhlen, denn schließlich hatte sie die Nase voll....). Ich sprach mit ihr und stärkte sie mit psychischen Punkten. Eines Tages kam sie wieder in die Sprechstunde und erzähl-

te mir strahlend, der Schmerz sei jetzt weg. Und – und das sei ihr genauso wichtig – sie hätte sich getraut, ihrem Mann im Streit einen Teller hinterherzuwerfen ... und sie hätten jetzt ein sehr viel offeneres Verhältnis!

Ist das nicht wundervoll? Ob es allerdings immer gleich Teller sein müssen, sollte man vorher vielleicht besprechen....

Dr. med. Beate Strittmatter

Ausbildungsleiterin Ohrakupunktur der DAA, München

66121 Saarbrücken

E-Mail: Strittmatter@t-online.de

Beiß die Zähne zusammen

Beiß die Zähne zusammen – du schaffst das schon... Zähne zusammen, Ohren steif und mitten durch...“ Ich glaube, diese Worte haben mir geholfen, aus so mancher aussichtslosen Situation herauszukommen.

Solche Sprüche, die mich an meine Kindheit erinnern, haben mich mein ganzes Leben begleitet. Heute bekommen sie für mich als Sportmedizinerin eine völlig neue Bedeutung.

Kopf – Kiefer – Rücken – Becken – Fuß der Mensch ist ein Supersystem, in dem alles aufeinander abgestimmt ist wie bei einem Segelboot. Wenn die Leinen richtig verzurrt sind, kann es im Wind volle Fahrt aufnehmen und in den Wellen tanzen. Ist nur ein Seil verklemmt, dann kann die ganze Fahrt ins Wanken kommen oder zur Katastrophe ausarten.

So kann man sich auch die Auswirkungen von Störungen im menschlichen System vorstellen. Stehe ich unsicher auf den Füßen, muss das der übrige Körper ausgleichen und es ist immer eine Frage der Dosis. Der Körper kann sehr viel kompensieren, ohne dass krankheitswerte Probleme auftreten. So kann er auch eine Fehlbelastung lange Zeit tolerieren. Aber kommen noch andere Störungen dazu, dann läuft das Fass sprichwörtlich über und es treten Beschwerden meistens in Form von Schmerzen oder bei Sportlern eben auch Verletzungen auf.

Ein jugendlicher Sportler spielt mit Begeisterung Basketball, ist sehr ehrgeizig und möchte in den Nationalkader aufsteigen. Mit seinen 14 Jahren und einer Größe von 190 cm ist er eigentlich hervorragend geeignet und auch schon sehr erfolgreich. Kaum Verletzungen, nur ab und an leichte Beschwerden, die schnell zu beheben sind. Doch dann kommen Schmerzen im Kopf- und Halsbereich. Anfangs lassen sie sich noch durch Massagen und Manuelle Therapie behandeln und werden als Überlastung gedeutet. Doch die beschwerdefreien Intervalle werden immer kürzer. Eine typische Erkrankung der Wirbelsäule im jugendlichen Alter, der Morbus Scheuermann, kann ausgeschlossen werden. Es zeigen sich immer wieder schmerzhafte Verspannungen vom Hals, über die Rückenmuskulatur bis zu Blockierungen im Kreuz-Darmbein-Gelenk.

Was steckte dahinter, warum kommen die Beschwerden immer wieder und ab einem bestimmten Zeitpunkt auch noch heftiger?

Über die funktionelle körperliche Untersuchung und die Aurikulo-Diagnostik (Diagnostik mittels Ohrakupunktur) konnte Folgendes herausgefunden und erfolgreich behandelt werden:

Durch den Druck, unter den sich der Sportler in dem Wunsch, erfolgreich zu sein, selbst gesetzt hatte (neben der Belastung des Trainings als Aufstiegskader wollte er auch seinen Heimatverein nicht im Stich lassen und darüber hinaus noch in der Schule mit sehr guten Leistungen glänzen), war die Kompensationsmöglichkeit – sprich die Zeit für Entspannung – einfach nicht mehr vorhanden. Diese anhaltende Spannung zeigte ich auch in einer erhöhten Muskelanspannung, die an sich schon zu Schmerzen führen kann.

Aber hier kam noch dazu, dass durch das ständige „Zähne zusammenbeißen“ eine Verschiebung im Kiefergelenk aufgetreten war, die sich wie bei einem verzurten Segelboot auf den Kopf- und Halsbereich und dann über die gesamte Wirbelsäule und das Becken übertragen hat und zu ständigen Blockierungen geführt hat. Die Mutter des jungen Sportlers hatte auf meine Empfehlung, vom Zahnarzt eine „Beißschiene“ anfertigen zu lassen (siehe auch Beitrag von Prof. Dr. Wojak in dieser Zeitschrift). Mittels Ohrakupunktur und Therapie eines auf das Kiefergelenk spezialisierten Zahnarztes und in Zusammenwirken mit einem Physiotherapeuten konnte dem strebsamen Sportler geholfen werden. Deshalb finde ich es so wichtig, dass die Patienten mehr über diese Zusammenhänge erfahren und ihren behandelnden Orthopäden und auch Kieferorthopäden oder Zahnarzt auf solche Probleme ansprechen können.

Dr. Iris-Ulla Wilczkowiak

50935 Köln

Iris-Ulla.Wilczkowiak@t-online.de

Kopfschmerzen – Ursachenforschung

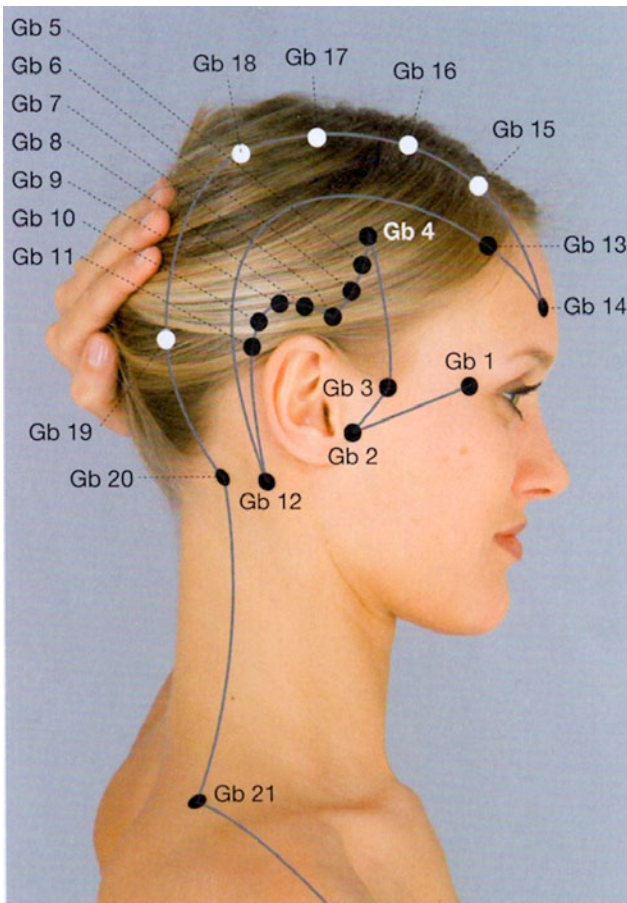


Abb. 1: Der Verlauf des Gallenmeridians in der klassischen Akupunktur im Kopfbereich (aus Bahr et al. Das große Buch der klassischen Akupunktur, © Elsevier 2007)

Der Übergang von einem Schmerztyp zum anderen ist fließend. Die Symptome beispielsweise des Spannungskopfschmerzes kennt der Migränepatient durchaus, ist doch der dafür typische Hartspann über den Schultern und im Bereich des Hinterkopfs (ausgelöst durch z.B. Fehllhaltung am Arbeitsplatz, Stress usw.) häufig der Vorläufer einer Migräneattacke.

Diese Zusammenhänge sieht man auch daran, dass ein bisheriger Migränepatient unter der Akupunkturtherapie berichtet, dass seine Migräne zunächst nur noch abgeschwächt und in längerem Abstand auftritt und schließlich nur noch selten als Spannung wahrgenommen wird.

In vielen Fällen von Migräne liegt eine Schwäche des Gallenmeridians zugrunde. In einer Migräneattacke zeichnen die Patienten, wenn sie nach der Schmerzausbreitung gefragt werden, mit dem Finger oft genau den Verlauf dieses Meridians am Kopf nach (Abb. 1).

Ebenso sind die Schmerzen hinter den Augen bei einer Migräneattacke mit dem Verlauf des Gallenmeridians mit ei-

nem inneren Ast hinter den Augen zu erklären. Interessant ist auch, dass viele Patienten sehr früh morgens mit beginnender Migräne erwachen; dies deckt sich mit der Spannungszeit des Gallenmeridians (23:00 bis 1:00 Uhr nachts). Deshalb sollte bei allen Migräneformen der Gallenmeridian mituntersucht werden, z.B. am Punkt der Galle am Ohr bei der Ohrakupunktur (Abb.2).

Auch von wissenschaftlicher Seite ergeben sich Hinweise auf die Beteiligung des Systems der Gallenwege: Ultraschalluntersuchungen der Gallenwege bei Migränepatienten ergaben, dass fast alle Patienten eine ihnen bisher nicht bekannte Veränderung in diesem Bereich hatten (Steine, Verdickung der Gallenblasenwand usw.).

Von der Klinik her unterscheidet man in der Akupunktur verschiedene Formen der Migräne, je nach Ursache werden die zugehörigen Akupunkturpunkte ausgewählt:

- Gallenmigräne: Diese Patienten haben eine augenscheinliche Schwäche des Gallenfunktionskreises. Sie sorgen sich um alles und jeden, die Migräne beginnt typischerweise am frühen Morgen oder mitten in der Nacht.
- Hormonelle Migräne: Der Hormonabfall kurz vor der Regelblutung scheint bei einer Schwäche des Gallenmeridians ein so starker Reiz zu sein, dass die Migräne ausgelöst wird; das heißt, hier findet man neben den Hormonpunkten einen aktiven Gallenpunkt bei der Akupunktur.
- Migräne oder Kopfschmerz durch Verspannung der Halswirbelsäule
- Spannungskopfschmerz – meist ohne Erbrechen mit verschiedenen Ursachen (Kiefergelenksprobleme, Stress bis hin zum Burn-out-Syndrom und Depression, Augenprobleme, Nasennebenhöhlenentzündung u.a.)

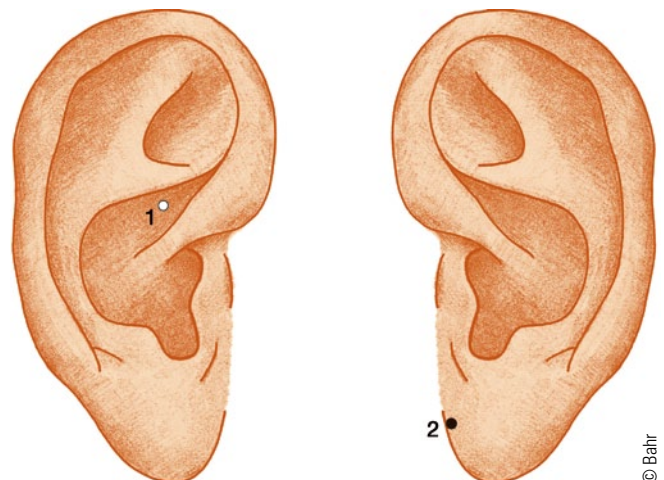


Abb.2: Der Akupunkturpunkt der Gallenblase am Ohr mit 1 bezeichnet, häufig ist auch der Punkt der „Sorge“ – mit 2 markiert – beim Patienten nachweisbar.

© Bahr

Akupunktur ist in fast allen Fällen der Migräne und auch beim Spannungskopfschmerz verblüffend schnell und durchgreifend wirksam und, verglichen mit der medikamentösen Behandlung und ihren Nebenwirkungen, das Mittel der ersten Wahl zur Behandlung dieser Schmerzen.

Möglichst gleich zu Beginn ist es wichtig, nach Störherden zu suchen. Störherde, z.B. Narben, können eine Migräne nicht nur unterhalten, sondern auch neu entstehen lassen!

Auch sie können mit der Ohrakupunktur sehr wirksam behandelt werden.

Prof. mult. h.c. VCR Dr. Frank Bahr
Europäische Akademie für Traditionelle Chinesische Medizin
81245 München
E-Mail: Bahr@eatcm.de

Kopfschmerzen durch Kiefergelenkfehlfunktionen mit muskulären Verspannungen

Kiefergelenkfehlfunktionen (kranio-mandibuläre Dysfunktion = CMD) können ganz verschiedene Ursachen und auch Auswirkungen haben. Bedingt durch die Nervenverschaltung im

Gehirn kann zum Beispiel ein Problem im Kausystem durch Fehlsteuerung Kopfschmerzen auslösen oder bereits existierende Kopfschmerzen verstärken.

Auch psychische Faktoren spielen bei dieser Problematik eine große Rolle. Ein einfacher Lehrsatz für alle Patienten mit kranio-mandibulärer Dysfunktion lautet: Aus permanenter Anspannung resultiert die Verspannung! Das bedeutet: keine Heilung ohne Berücksichtigung der Psyche und des vegetativen Nervensystems. So können unklare Beschwerden im Unterleib mit dem Kiefergelenkproblem zusammenhängen! Zusätzlich kann auch die Steuerung der Augenmuskeln eine wesentliche Rolle spielen. Ein Testbeispiel: Man versuche länger als 5 Minuten bei schräg gestelltem Kopf zu schauen – wenn deutliches Unwohlsein die Folge ist, sollte auch eine Augenarzt zur Diagnosefindung hinzugezogen werden. Eine abgestimmte Zusammenarbeit verschiedener Fachdisziplinen führt bei der Kiefergelenkproblematik zu den besten Ergebnissen. Ein typisches Beispiel stellt die dreidimensionale Vermessung des Orthopäden dar. Mithilfe von unterschiedlichen Watterollen, die zwischen die Zahnreihen geschoben werden, kann er den Einfluss der Funktion des Kiefergelenks auf die gesamte Körperstatik deutlich machen und auch die Wirksamkeit von Schienen überprüfen.

Für die Zahnmedizin gilt: Bei der Behandlung von Kiefergelenkproblemen ist der wichtigste Grundsatz, der leider zu häufig vergessen wird: Weichgewebe formen Hartgewebe! Oder eleganter formuliert nach Prof. Dr. Karwetzki, Münster: „Die morphologische Gestalt ist Form gewordene Funktion.“ Was bedeutet dies für die Diagnostik und Therapie?

Effiziente Diagnostik beginnt mit der optischen Kontrolle des stehenden Patienten. Dann erfolgt eine umfassende Untersuchung der Muskeln bis zum Schlüsselbein, um mögliche Muskelverspannungen oder Triggerpunkte aufzuspüren.

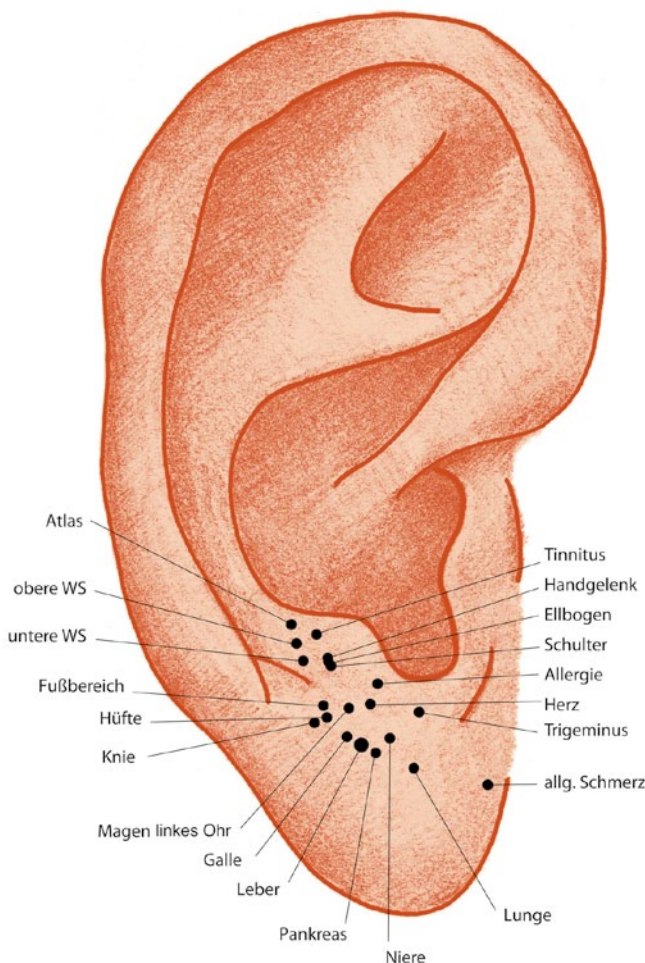


Abb. 1: Schmerzgedächtnispunkte nach Bahr

© Bahr

Denn für funktionelle Probleme reicht es nicht, knöcherne Strukturen nachzumessen, sondern man muss den funktionellen Muskelstatus erheben, um anhand seiner Veränderungen den wirklichen Therapiefortschritt aufzuzeigen. Idealerweise arbeiten Orthopäden, Zahnärzte, Osteopathen, Physiotherapeuten und auch Psychologen in einem kombinierten Netzwerk gemeinsam. Bei uns hat es sich in der Praxis bewährt, dem Patienten eine Art „Laufzettel“ mit zu geben, in den jeder Behandler jeweils seine durchgeführten „Manipulationen“ oder Therapien einträgt und den Zettel dem Patienten mit gibt. So ist jeder Behandler immer auf dem aktuellen Stand und braucht nicht auf spätere schriftliche Berichte zu warten.

Durch die Akupunktur kann diese Diagnostik unterstützt und erweitert werden, da die betroffenen Körperstrukturen einschließlich des Kopfes und der gesamten Wirbelsäule in Form von Akupunkturpunkten auf dem Ohr aufzufinden sind. Das bedeutet, dass das Ziel der Therapie die Entspannung der Muskulatur bei gleichzeitiger Schmerzreduktion unter Berücksichtigung psychischer Einflüsse darstellt. Hierbei leistet die Akupunktur eine große und wichtige Hilfe. Dr. W. Seidel zeigte in seinen Versuchen, dass eine effiziente Ohrakupunktur nach der von ihm vorgeschlagenen Technik zu einer bis zu 80%igen Reduktion der Muskelspannung führt. Diese Technik in Verbindung mit einer Entspannungsschiene bringt den Patienten schneller zu einem spannungsfreien Muskelbefund und dieser spannungsfreie Zustand ist die notwendige Ausgangslage, um die exakte Kieferstellung und -funktion festzustellen.

Gleichzeitig ist es sinnvoll im Sinne der Schmerztherapie, möglichst rasch Schmerzen zu reduzieren, damit nicht ein sogenanntes „Schmerzgedächtnis“ entsteht. Hier können mittels Akupunktur die bekannten Schmerz- und Schmerzgedächtnispunkte wirksam behandelt werden (Abb. 1).

Auch die psychische Komponente bei Kiefergelenkproblemen kann mithilfe der Akupunktur (sog. pulsreflexkontrollierte Akupunktur) nicht nur diagnostiziert, sondern auch sehr gut behandelt werden (siehe auch Beitrag von Frau Dr. B. Strittmatter in dieser Zeitschrift) – eventuell unterstützt mit kombinierten Blütenessenzen.

Einen weiteren großen Fortschritt stellt die Möglichkeit des Einsatzes des Impulslasers dar, bei dem Frequenzen aufmoduliert werden können.

Prof. Dr. F. Bahr hat 2012 die Frequenzen für die Kiefergelenke und für alle Zähne neben vielen anderen veröffentlicht. In der Praxis hat sich, neben der Schienentherapie, der Einsatz des Lasers vor allem bei akuten Schmerzen im Kiefergelenkbereich mit den Frequenzen 878 Hertz für die rechte Seite und 718 Hertz für die linke Seite bewährt. Die Linderung der Beschwerden tritt in der Regel schon nach der ersten bis zweiten Behandlung ein.



Abb. 2: Behandlung mit einer Schiene

© Wojak

Die zahnmedizinische Therapie besteht zunächst in der Herstellung einer Entspannungsschiene (Relaxierungsschiene), nach dem die Stellung der Kiefer zueinander am stehenden Patienten bestimmt worden ist. Diese sollte eine plane Oberfläche haben, um „Knirschern“ keine Möglichkeit für Widerstände zu geben. Für den „Presser“ verteilt sich der Druck. Das Ziel der Schienentherapie ist, die neuromuskuläre Steuerung zu unterbrechen und so die Muskulatur zu entlasten und zu entspannen. Ob die Schiene im Ober- oder Unterkiefer angefertigt wird, hängt von der vollständiger erhaltenen Zahnreihe ab, denn es geht darum, einen möglichst beidseitigen ausgedehnten Kontaktbereich her zu stellen. Diese Schiene muss am Anfang wöchentlich, später je nach Konsilbehandlung kontrolliert und gegebenenfalls korrigiert werden (Abb. 2).

Die Schiene wird so lange benötigt, bis die Muskulatur frei und stabil ist. Danach muss von zahnärztlicher Seite die korrekte Bisslage und damit die möglichen Ursachen gesucht und beseitigt werden (z.B. „Frühkontakte“ oder „einseitige Fehlkontakte“).

In diesem Zusammenhang ist auch die Behandlung von Tinnitus-Patienten zu sehen. Der Zahnarzt kontrolliert, inwieweit die Bisslage einen negativen Einfluss auf die Muskulatur hat und so Muskelverspannungen und Ohrgeräusche bedingt. Die Akupunktur kann neben der oben erwähnten Verminderung der Muskelspannung das Ohrgeräusch direkt beeinflussen und zusätzlich mit der Nadelung von psychisch wirksamen Akupunkturpunkten die Folgeprobleme lindern.

Schlussfolgerung: Eine ganzheitliche Behandlung von Patienten mit Kiefergelenkproblemen ist enorm wichtig. Nach exakter umfangreicher Diagnose folgt die kombinierte Therapie mit einer Relaxierungsschiene und unterstützender Akupunktur zur effizienten Verminderung der Muskelspannung, da diese häufig zu Kopfschmerzen führt.

Ziel einer erfolgreichen Therapie ist es, zu einer relaxierten Muskulatur und einer ausgeglichenen Statik zu gelangen. Der Einsatz des Impulslasers mit modulierten Frequenzen steigert den Therapieerfolg deutlich. Erst nach erfolgreicher Therapie kann die prothetische Versorgung stattfinden.



Prof. h.c. VRC Dr. med.dent. Winfried Wojak
32805 Horn-Bad Meinberg
E-Mail: drwojak@wojak-heithecker.de

Expertenrat

Kopfschmerz

Guten Tag,

ich habe seit nunmehr 9 Monaten extreme atypische Kopfschmerzen, die täglich vorhanden sind. Die Schmerzen sind mittlerweile so schlimm, dass ich praktisch kein soziales Leben mehr habe. Ich empfinde es als unerträglich. Ich musste sogar mein Studium unterbrechen. Die Schulmedizin konnte mir bisher überhaupt nicht helfen...nichts schlägt bei mir an. Ich bin schon leider richtig depressiv geworden und habe nun die Akupunktur als letzte Hoffnung für mich entdeckt. Ich hatte letzte Woche meine erste Sitzung bei einem ausgebildeten Arzt, den ich in Ihrer Ärzteliste gefunden habe. Der Arzt hat bei mir zunächst „nur“ eine Ohrakupunktur durchgeführt. So wie ich das verstanden habe, sucht er auch nach gewissen Störherden.

Meine Frage ist nun, wäre es nicht besser für mich zu einem Arzt zu gehen, der vor allem bzw. zusätzlich zur Ohrakupunktur die Schädelakupunktur nach Yamamoto anbietet (da die Schmerzen bei mir ausschließlich auf meiner Schädeldecke existieren)?

So wie ich das verstanden habe, ist die Suche nach Störherden doch dann sinnvoll, wenn die „traditionelle“ Akupunktur nicht geholfen hat!?

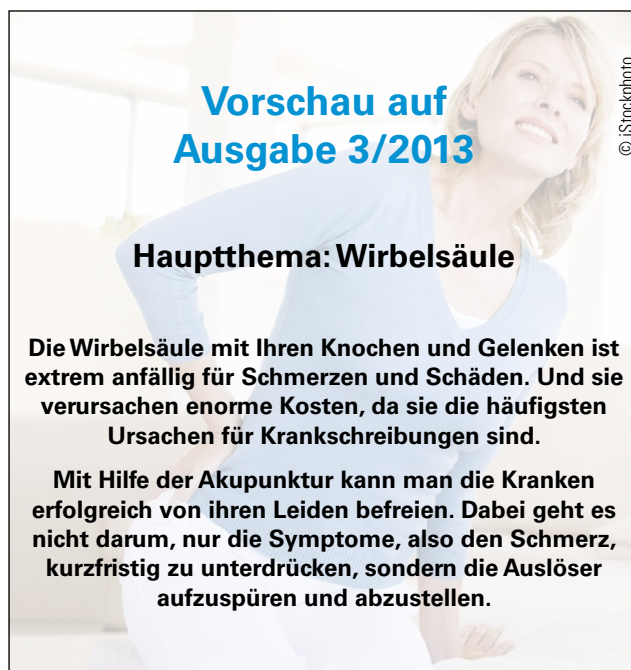
Für eine kurze Aufklärung wäre ich sehr dankbar.

PS. Bei der 1. Sitzung letzte Woche ist mein Schmerz nicht spürbar zurückgegangen!

Die Ohrakupunktur ist eine sehr wirksame Methode zur Behandlung von Kopfschmerz, die Störherddiagnostik sinnvoll bei länger dauernden Beschwerden, die therapieresistent sind. Denn man kann durch diese Diagnostik erkennen, warum bisherige Behandlungen nicht erfolgreich waren. Näheres zum Thema unter www.stoerherd.de.

Es wäre daher nicht ratsam, erst zu warten, ob die traditionelle chinesische Akupunktur hilft und dann Störherddiagnostik zu betreiben. Man kann natürlich auch nach einigen Sitzungen Ohrakupunktur mit Körperakupunktur behandeln oder bestimmte Punkte der Ohrakupunktur und der Körper-, oder Schädelakupunktur kombinieren. Jeder Patient reguliert anders und der Arzt muss entscheiden, welche Methode am besten wirken könnte. Mit der Ohrakupunktur und der Störherddiagnostik zu beginnen, halte ich für optimal – ein Verschwinden der Symptomatik nach einer Sitzung ist zwar oft, jedoch nicht immer erreichbar. Fragen Sie Ihren Arzt nach seiner Meinung dazu – er hat Sie untersucht und kann Ihren speziellen Fall besser beurteilen. Gerade beim Vorhandensein von Störherden sind meist 6–8 Sitzungen notwendig, gelegentlich kommen auch Herdsanierungen im Zahnbereich, Umstellungen von Schlaf-, Lebens- oder Essgewohnheiten in Betracht. Für die weitere Therapie alles Gute!

Rita Klowersa
Referentin der DAA
14057 Berlin
klowersa@gmx.de



Vorschau auf Ausgabe 3/2013

Hauptthema: Wirbelsäule

Die Wirbelsäule mit Ihren Knochen und Gelenken ist extrem anfällig für Schmerzen und Schäden. Und sie verursachen enorme Kosten, da sie die häufigsten Ursachen für Krankschreibungen sind.

Mit Hilfe der Akupunktur kann man die Kranken erfolgreich von ihren Leiden befreien. Dabei geht es nicht darum, nur die Symptome, also den Schmerz, kurzfristig zu unterdrücken, sondern die Auslöser aufzuspüren und abzustellen.

© iStockphoto

Weitere Patienteninformationen

In Deutschland:

Deutsche Akademie für Akupunktur | DAA e.V.
Osserstraße 40, 81679 München
Tel.: 089/8145252, Fax: 089/82000929
kontakt@akupunktur.de
www.akupunktur.de, www.akupunktur-patienten.de,
www.stoerherd.de

In Österreich:

Österreichische Gesellschaft für Kontrollierte Akupunktur und Traditionelle Chinesische Medizin (OGKA),
Glacisstraße 7, A-8010 Graz
Tel.: ++43 (0)316/37 40-50, Fax: -5055, office@ogka.at; www.ogka.at

In der Schweiz:

Schweizerische Ärztgesellschaft für Akupunktur, Chinesische Medizin und Aurikulomedizin, SACAM
Postfach 2003, CH-8021 Zürich,
Tel.: ++41 (0)844 /200 200, Fax: ++41 (0)31 / 332 41 12
info@sacam.ch, www.sacam.ch