



AKUPUNKTUR

2/2017

Auch online lesen unter www.akupunktur-patienten.de

Liebe Patientin, lieber Patient,

wie wichtig eine „normale“ Darmfunktion ist, wird uns oft erst klar, wenn es nicht mehr so ist. Häufiger spontaner Darmdrang, der einen nur mit viel Unsicherheit das Haus verlassen lässt, führt oft zu Rückzugstendenzen aus dem öffentlichen Leben. Bei Darmträgheit hingegen ist es oft so, dass Betroffene sich nach tagelang ausbleibendem Stuhlgang einfach nur noch lustlos und angespannt vorkommen. Andererseits birgt der regelmäßige Einsatz von Abführmitteln eine Reihe von Risiken. Das Denken fokussiert sich bei beiden Gruppen auf die Verdauung und wird schnell zu einem alles beherrschenden Thema. Welche Hilfen Kräutermedizin und Akupunktur in diesen Fällen bieten können, lesen Sie in dieser Ausgabe.



© Antoniguillem - Fotolia.com

Editorial / Impressum	S. 2
Reizdarmsyndrom – Linderung durch die Kraft der Natur	S. 3
Wenn der Darm zu träge ist ...	S. 6
9 Jahre Erbrechen nach 3 Akupunktursitzungen verschwunden!	S. 7
Vorschau	S. 8

**MIT FREUNDLICHER
EMPFEHLUNG ÜBERREICHT**

Wenn der Darm verrücktspielt

Probleme mit der Verdauung und der Darmentleerung schreibt man üblicherweise dem höheren Lebensalter zu. In Bezug auf die Darmträgheit – Verstopfung – ist dies sicherlich auch gültig. Doch der Darm, der früher bei jungen Menschen außer beim täglichen Stuhlgang nicht ins Bewusstsein rückte, wird auch in dieser Altersgruppe immer häufiger zu einem Problemorgan. Der sogenannte Reizdarm mit seinem Beschwerdeprofil wird oft schon in der Jugend und bei jungen Erwachsenen beobachtet und kann episodisch auftreten oder dauerhaft bestehen bleiben. Die Lebensqualität der Patienten mit Verdauungsstörungen ist oft erheblich reduziert. Verstopfung, Völle- und Blähgefühl führen oft zu Antriebslosigkeit, die für die Bewältigung der Alltagsaufgaben zusätzlich belastend ist. Dahingegen erzeugen Blähungsabgang und schwer kontrollierbare dünnflüssige Darmentleerungen Unsicherheit bei Aufenthalt in der Öffentlichkeit. Rückzugstendenz und Isolation können die unausweichliche Folge für Betroffene sein. Dieses Heft möchte Mut machen, sich frühzeitig mit Beschwerden an einen Arzt zu wenden, um eine Organabklärung durchzuführen. Außerdem werden mit der Ernährung, der Kräutermedizin und der Akupunktur in diesem Heft drei wichtige therapeutische Möglichkeiten vorgestellt, die zu einer Beschwerdereduktion führen können. Wie unser Patientenfall zeigt, können auch langjährig bestehende und intensiv abgeklärte Beschwerden trotz Therapieresistenz für spezielle Verfahren wie der „Störherddiagnostik“ noch zugänglich sein.

Inzwischen haben so viele Ärzte ihre zertifizierte Ausbildung abgeschlossen, dass sich auch in Ihrer Nähe ein entsprechend ausgebildeter Arzt finden sollte. Auf unserer speziell für Sie ausgerichteten Homepage www.akupunktur-patienten.de finden Sie die nach Postleitzahlen ausgerichtete Arztsuche.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe!

Ihr Dr. Bernd Ramme



© privat

Dr. Bernd Ramme
1. Vorsitzender der DAA e. V.,
Waren

E-Mail: ramme@doktor-ramme.de

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

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

Dr. Bernd Ramme, 1. Vorsitzender 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.

Reizdarmsyndrom – Linderung durch die Kraft der Natur

Das Reizdarmsyndrom ist ein inzwischen weitverbreitetes Beschwerdebild, das fast als Volksleiden bezeichnet werden kann. Statistisch gesehen sind in Deutschland inzwischen 15 Millionen Menschen davon betroffen, die unter diesen multiplen Verdauungsbeschwerden leiden.

Was versteht man unter Reizdarmsyndrom?

Mediziner definieren dieses Beschwerdebild als funktionelle Beschwerden des Verdauungstraktes. Die vielfältigen Symptome können sich als Durchfall, Bauchschmerzen, Bauchkrämpfe, Verstopfung, Völlegefühl, Blähungen und Verdauungsstörungen äußern – also Beschwerden, die immer wieder auftreten und deren Ursache nicht organisch zuzuordnen ist. Die Lebensqualität der Betroffenen ist häufig massiv belastet, die Darmbeschwerden beeinträchtigen die Arbeitsleistung, die Freizeitgestaltung und die sozialen Kontakte. Reizdarmpatienten leiden oft unter Schmerzen, Müdigkeit und eingeschränkten Aktivitätsmöglichkeiten.



© Pirrainbow – shutterstock.com

Je nach Symptomen können vier Haupttypen von Reizdarmsyndrom unterschieden werden:

- Durchfalltyp: vorwiegend sehr weicher bis flüssiger Stuhl, mehrmals täglich
- Verstopfungstyp: harter Stuhl, nur sehr selten Stuhlgang (max. 3 Mal pro Woche)
- Reizdarmtyp mit gemischtem Stuhlverhalten: Durchfall und Verstopfung wechseln sich in rascher Folge ab
- Reizdarmsyndrom ohne Subtyp: Reizdarm lässt sich aufgrund des Stuhlverhaltens nicht in obigen Typen einordnen.

Ernährungstipps bei Reizdarmsyndrom: Nicht jeder verträgt dasselbe

Das Reizdarmsyndrom äußert sich durch ein vielschichtiges Beschwerdebild. Während die einen eher mit Verstopfung und Völlegefühl kämpfen, ist bei anderen Durchfall das Pro-

blem. Deshalb können die Ernährungstipps zwar vielen Betroffenen helfen, doch ersetzen sie nicht eine individuelle und professionell angeleitete Ernährungsumstellung. Das heißt, jeder Patient sollte zunächst einmal herausfinden, welche Lebensmittel ihm gut tun, und in welchen Situationen er mit typischen Beschwerden reagiert. Hier kann es hilfreich sein, über einen gewissen Zeitraum ein Ernährungstagebuch zu führen. Auf Basis dieser Eintragungen kann dann gemeinsam mit einem professionellen Ernährungsberater die individuell richtige Reizdarm-Ernährung erarbeitet werden.

Nahrungsfaktoren, die Unverträglichkeiten auslösen können:

Milch- und Milchprodukte (Laktose), Pilze,	
Weizenerzeugnisse:	30–35 %
Eier, Kaffee, Schokolade:	20–30 %
Nüsse, Zitrusfrüchte:	Tee 10–20 %
Fruktose, Sorbit	

Viele Reizdarm-Patienten reagieren mit Blähungen, Bauchschmerzen und Durchfall auf zu viel Fructose nach dem Genuss von Früchten oder zuckerhaltigen Mahlzeiten und auf Histamin bei Genuss von Rotwein, Sauerkraut oder gereiftem Käse.

Ähnliche Symptome zeigen sich bei der Lactoseintoleranz beim Genuss von milchhaltigen Mahlzeiten. Eine Sorbitintoleranz meldet sich, wenn sorbitthaltige Kaugummis gekaut

Finger weg: Das sollten Sie bei Reizdarm meiden:

- Alkohol
- Kaffee, schwarzer Tee, Limonadengetränke, kohlen-säurehaltige Getränke
- Weißmehlprodukte (z.B. Baguette, Brötchen, schnellgebackenes Brot aus sogenannten Teiglingen)
- Sehr heiße oder sehr kalte Speisen, fette Nahrungsmittel (auch versteckte Fette in Wurst, Käse oder Fleisch) und scharf gewürzte Gerichte
- Süßigkeiten (Zucker begünstigt das Wachstum von schädlichen Keimen im Darm)
- blähende Lebensmittel (Zwiebel, Hülsenfrüchte, alle Kohlsorten, frisches glutenreiches Brot)
- Verschiedene Zuckeraustauschstoffe wie Sorbit oder Xylit (z.B. in zuckerfreien Kaugummis oder Bonbons)

oder andere sorbithaltige (Diät- oder Light-)Nahrungsmittel gegessen werden.

Eine Glutenintoleranz, die ebenfalls die typischen Darmbeschwerden nach sich zieht, zeigt sich beim Genuss von glutenhaltigen Back- und Teigwaren. Glutenhaltiges Getreide zählt zu einem der häufigsten Ursachen von ernährungsbedingten Reizdarmzuständen.

Naturheilkundliche Möglichkeiten zur Linderung des Reizdarmsyndroms:

Krampflösende Mittel (Spasmolytika) bei Schmerzen: Pfefferminze, *Mentha piperita*:

Die Pfefferminze, als Tee oder ätherisches Öl eingesetzt ist ein einfaches Hausmittel, um Völlegefühl und Bauchkrämpfe sowie übermäßige Blähungen zu lindern. Von Verdauungsstörungen Geplagte erfahren oft Linderung bei Übelkeit und Aufstoßen durch den Genuss von Pfefferminztee. Die Pflanze ist wohltuend für viele Reizdarm-Patienten.

Fenchel, *Foeniculum vulgare*

Fenchelsamen sind eine wunderbare Unterstützung, um Blähungen, krampfartige Schmerzen, Verdauungsstörungen, Aufstoßen aber auch Durchfall sowie chronische Verstopfung zu lindern.

Fenchelsamen können als Tee aufgegossen, Speisen zugesetzt oder einfach im Bedarfsfall gekaut werden. Die aromatischen, süßen, leicht scharfen Fenchelsamen haben wärmende Wirkung auf die Verdauungsorgane. Auch frisches Fenchelgemüse kann gedünstet als Gemüse oder roh als Salatbeigabe in den Speiseplan eingebaut werden. Fenchel reguliert wohltuend das Qi der Mitte, wärmt und tonisiert Milz und Magen und leitet Kälte ab.

Ähnliche Wirkung wie Fenchel haben auch Kümmel oder Anis.

Pfefferminze, Fenchel und Kümmel werden als sogenannte pflanzliche Karminative bezeichnet, die beruhigend und reizlindernd wirken oder als Entschäumer bei übermäßigen Blähungen eingesetzt werden können. Bei Durchfall wirken



© U. Köstler

Pfefferminze

diese Pflanzenstoffe beruhigend auf die übermäßige Darmmotilität und lindern Krämpfe.

Kamille – bewährtes Hausmittel nicht nur in der Kindheit

Die gute altbekannte Kamille bewährt sich auch bei Reizdarmproblematik. Die Kamille hat auch bei diesem Krankheitsbild krampflösende, entzündungshemmende Eigenschaften. Ihre Eigenschaften sind harmonisierend, trocknend und schmerzlindernd.

Pflanzlicher Schutz für die gereizte Darmschleimhaut

Gerne angewendet werden auch schleimstoffhaltige Kräuter, wie z.B. Eibischwurzel oder Spitzwegerich, die mit ihren pflanzlichen Schleimstoffen eine heilende und lindernde Schutzschicht über die gereizte und entzündete Darmschleimhaut legen. Um die Darmschleimhaut-schützenden Eigenschaften der Eibischwurzel nutzen zu können, muss die Wurzel kalt angesetzt werden. Die pflanzlichen Schleimstoffe würden durch Hitzeeinwirkung eines heißen Teewassers zerstört werden. Eibisch, genauso wie Spitzwegerich, wirkt kühlend, lindernd und entzündungshemmend. Eibisch hat einen höheren Schleimgehalt mit guten reizlindernden Eigenschaften bei gereizten Schleimhäuten der Verdauungswege. Spitzwegerich besitzt zudem entzündungshemmende und krampflösende Eigenschaften.

Wertvolle biologische Entzündungshemmer – kostbare Pflanzenstoffe aus dem Orient

Weihrauch und Myrrhe sowie Gewürze wie Curcuma sind vielen Heiltraditionen als potente Heilmittel bekannt.

Die Boswellinsäure aus dem Harz des **Weihrauchbaumes** wird seit langer Zeit bei entzündlichen Erkrankungen wie Rheuma, Arthritis, aber auch bei entzündlichen Darmerkrankungen mit Erfolg eingesetzt. Die spezifischen Hemmstoffe wirken blockierend auf die Bildung von Leukotrienen im Entzündungsstoffwechsel. Weihrauch hat heilende, entzündungshemmende und gewebebildende Wirkung auf die gereizte Darmschleimhaut. Ähnliche Wirkung wird auch der **Myrrhe** zugeschrieben. Die Myrrhe gehört ebenfalls zur Pflanzenfamilie der Weihrauchgewächse und kann daher wie der Weihrauch gut bei entzündlichen Darmerkrankungen eingesetzt werden. Beide Baumharze können lediglich in feinpulverisierter Form z.B. in Kapseln eingenommen werden, da diese Baumharze nicht leicht resorbierbar sind.

Curcuma ist aus der Ayurvedischen Medizin schon seit langem für seine entzündungshemmenden und immununterstützenden Eigenschaften bekannt. Curcuma ist ein Ingwergewächs, dessen Inhaltsstoff Curcumin nachweislich mehrere Enzyme hemmt, die Entzündungsreaktionen auslö-

sen, indem sie Botenstoffe produzieren. Zu Heilzwecken genügt es allerdings nicht, mit Curcuma in kleinen Brisen die Speisen zu würzen. Lassen Sie sich die entsprechenden Dosierungen von Ihrem Arzt empfehlen.

Stress-Reduktion entlastet den Darm:

Das Reizdarmsyndrom geht häufig einher mit erhöhten körperlichen und seelischen Belastungssituationen. Länger andauernde Stressperioden bewirken eine erhöhte Stresshormonausschüttung, was den Stoffwechsel ankurbelt und die Entzündungsprozesse im Körper und vor allem im Darm fördert. Es ist daher wichtig, an der individuellen Stressresistenz zu arbeiten und für eine gesunde Balance von Anspannung und Entspannung zu sorgen, um den gereizten Darm zu entlasten. Die stresslindernde Wirkung nachstehender Kräuter ist dabei eine wertvolle Hilfe.

Lavendel, *Lavandula officinalis*

Lavendel eignet sich hervorragend zur Behandlung von stressbedingten Darmreizungen. Wer in besonderen Belastungssituationen mit Übelkeit, Appetitlosigkeit und Durchfall zu kämpfen hat, also vor Prüfungen oder Herausforderungen keinen Bissen hinunterbekommt und mehrmals die Toilette aufsuchen muss, für den kann Lavendel ein Segen für das Nervenkostüm und die Verdauung sein. Lavendel beruhigt bei Unruhezuständen, Schlafstörungen, Herzklopfen, ängstlicher Erregung und Panikattacken. Gleichzeitig beruhigt Lavendel den Darm bei Bauchschmerzen, Völlegefühl und Blähungen durch nervöse Anspannung.

Lavendel kann frisch oder getrocknet als Tee zubereitet werden (1–2 g des getrockneten Krautes 5–7 Minuten ziehen lassen, dreimal täglich trinken), als alkoholische Essenz eingenommen werden oder als ätherisches Öl genutzt werden.

Melisse, *Melissa officinalis*

Die bereits seit langem in der Klosterheilkunde verwendete Melisse ist herrlich aromatisch duftend, warm und etwas bitter-scharf. Auch Culpeper empfiehlt die Melisse schon 1651 zum Vertreiben von Melancholie und Traurigkeit und zum Erfreuen des Herzens. Er empfiehlt Melisse auch bei einem feuchten, kalten Magen und bei Darmkoliken. Die Melisse hat sich besonders bewährt bei ängstlicher Erregung, Schlafstörungen und nervösen Kopfschmerzen. Außerdem reguliert die Melisse den Magen und Darm, wirkt also bei Verdauungsstörungen oder Übelkeit krampflösend, beruhigend und blähungstreibend. Auch die Melisse kann gut als Tee oder tropfenweise als Tinktur eingesetzt werden.

Pflanzliche Hilfe bei Durchfall:

Gerbstoffhaltige Kräuter wie Brombeerblätter, Odermennig, Tormentill und Gänsefingerkraut können bei Durchfall eingesetzt werden. Diese Kräuter wirken stopfend und sind



Lavendel

© U. Köstler

deshalb hilfreich bei Durchfall. Gleichzeitig stimulieren sie die Bildung von neuen Zellen im Darm und tragen zu einer schnelleren Abheilung der entzündlichen Darmschleimhaut bei. Gerbstoffhaltige Pflanzen sollten allerdings nicht über längeren Zeitraum eingesetzt werden und sind nicht für den Dauergebrauch bestimmt.

Bewährte Teemischung bei chronischen Darmentzündungen:

30 g Kamille (entzündungshemmend, antibakteriell)

30g Fenchelsamen gestossen (blähungswidrig, krampflösend)

30g Gänsefingerkraut (gerbstoffreich, stopfend)

30 g Passionsblumenkraut (Nerven beruhigend)

10g Malvenblüten (schleimstoffhaltig)

Anwendung: Pro Tasse 1-2 Teelöffel mit heißem Wasser übergießen, 5-10 Minuten ziehen lassen und dann abseihen. Mehrere Tassen über den Tag verteilt trinken.

Ulrike Köstler

Vizepräsident des FORUM VIA SANITAS

Vorstand HEILKRAFT DER ALPEN

Studium Natural Medicine, Donauuniversität Krems

E-Mail: ulrike.koestler@forumviasanitas.org

Wenn der Darm zu träge ist ...

Etwa 20 % der deutschen Bevölkerung leidet unter Obstipation (Verstopfung). Frauen machen drei Viertel aller Betroffenen aus. Das Phänomen der Darmträgheit taucht in allen Altersgruppen auf und kann ganz unterschiedliche Ursachen haben. Von Verstopfung wird üblicherweise gesprochen, wenn es zu weniger als drei Darmentleerungen pro Woche kommt. Was ist als NORMAL zu bezeichnen? Die Variationsbreite reicht von mehrfach täglich bis einmal alle drei bis fünf Tage. Die aus der westlichen Medizin bekannten Ursachen reichen von Bewegungs- und Flüssigkeitsmangel über ungünstige Ernährungsgewohnheiten bis hin zu emotionalen Störungen, die zu einer verzögerten Passagezeit und/oder Entleerungsstörung führen. Obstipation ist für den Arzt im Wesentlichen ein Symptom, das in Zusammenhang mit verschiedenen Erkrankungen auftreten kann. Daher ist die Abklärung einer Organerkrankung bei akuter wie auch chronischer Obstipation immer geboten. Bleibt diese ergebnislos und kann die Obstipation nicht ursächlich behoben werden, sprechen wir von einer idiopathischen Obstipation. Diese Form der Verdauungsstörung ist oft zu finden. Die Patienten fühlen sich mit dem Problem allein gelassen und greifen zur Eigenmedikation. Die Wirkung von „Abführmitteln“ beruht im Wesentlichen auf osmotischer oder motiliäts- und sekretionsbeeinflussender Wirkung. Quellstoffe, die über Volumeneffekt die Darmentleerung anregen sind bei Ballaststoffmangel zu empfehlen, dabei ist allerdings auf eine ausreichende Trinkmenge zu achten, da es ansonsten zu einem akuten Darmverschluss kommen kann, der u. U. operativ behandelt werden muss.

Was kann die Akupunktur im Fall von Obstipation leisten?

In der Chinesischen Medizin wird die Stuhlqualität (Häufigkeit, Form, Farbe und Konsistenz) genau erfragt und für die Diagnosestellung verwendet. Die Organe, die aus chinesi-



Akupunkturpunkte am Rücken mit Wirkung auf innere Organe

scher Vorstellung am meisten mit Obstipation in Verbindung gebracht werden, sind Magen, Dickdarm, Milz, Leber und Niere. Das ist für das westliche Verständnis der Körperprozesse des Menschen nur schwer verständlich. Trotzdem kann durch diese Zuordnung eine spezifische Therapie mit Akupunktur und/oder Kräutermedizin erfolgen.

Im chinesischen Verständnis ist der Magen für die Bereitstellung von Körperflüssigkeiten verantwortlich und steht in direkter Beziehung zum Dickdarm. Ist jene Funktion beeinträchtigt, wird der Stuhl trocken. Die Funktion der Milz ist in diesem Medizinsystem die Bewegung der Schlackenstoffe und des Stuhls im Dickdarm. Ist die Milz-Energie zu schwach, dann kann diese Funktion nicht erfüllt werden und der Stuhl wird lang und dünn geformt sein. Die Bewegung des Stuhls unterliegt aber auch der Funktion der Leber. Sie stellt den geschmeidigen Qi-Fluss her und bei Störungen wird der Stuhl wie kleine, runde Kieselsteine erscheinen. Die Niere hingegen hat die Funktion der Kontrolle der zwei unteren Öffnungen: Harnröhre und Anus. Eine Schwäche der wärmenden Funktion der Niere in diesem Bereich führt trotz normaler Stuhlkonsistenz zu einer erschwerten Entleerung. All diese Auffälligkeiten helfen dem in „Chinesischer Medizin“ ausgebildeten Arzt, einen auf den Patienten ausgerichteten Therapieplan zu erstellen. Dieser ist die Grundlage für individuell zu wählende Akupunkturpunkte. Diese werden mit Änderungen der Lebensgewohnheiten, Ernährung und ggf. Kräutermedizin kombiniert, um einen dauerhaften Erfolg zu gewährleisten.



Abführmittel: Leinsamen als Quellstoff

Dr. Bernd Ramme
Präsident der Deutschen Akademie für Akupunktur |
DAA e. V.
Clara-Zetkin-Str. 21
17192 Waren

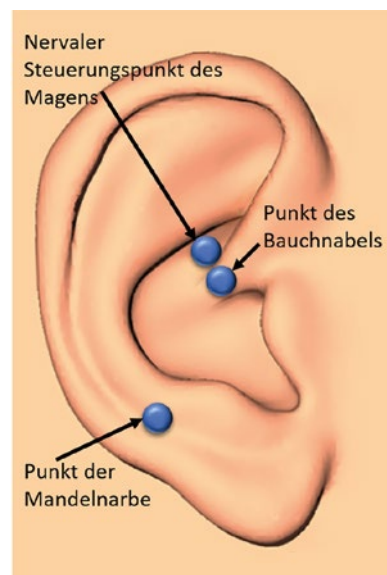
9 Jahre Erbrechen nach 3 Akupunktursitzungen verschwunden!

Ein 21-jähriger Patient stellt sich in meiner Akupunkturpraxis vor. Die Freundin hatte gelesen, dass Akupunktur bei verschiedenen Beschwerden eingesetzt werden kann und ihn daraufhin zu mir geschickt. Ihre Partnerschaft leide unter dem morgendlichen Erbrechen, da sie nicht mehr gemeinsam frühstücken können. Der junge Mann berichtet von mehrfach pro Woche auftretendem Aufstoßen und Würgen beim Frühstück, das bis zum Erbrechen führe. Er habe sich an diese Beschwerden gewöhnt, da sie seit seinem 12ten Lebensjahr bestünden. Außerdem habe er so viele Untersuchungen über sich ergehen lassen müssen, dass er jede Hoffnung auf Hilfe und Klärung aufgegeben habe. Nur aus Liebe zu seiner Partnerin sei er gekommen, da er auch um die Partnerschaft fürchtet. Die damaligen Untersuchungen in der Universitätskinderklinik hätten keinen pathologischen Organbefund ergeben. Psychologen seien zu dem Schluss gekommen, dass die Beschwerden Stress bedingt seien. Ihm persönlich ist auch aufgefallen, dass die Beschwerden dann zunehmen, wenn die äußeren Umstände psychisch belastend sind. Andererseits verschwinden die Beschwerden auch in erholsamen und entspannten Phasen des Lebens (z.B. Urlaub) nicht.

Dieser Fall zeigt allein durch die Dauer der Beschwerden und die trotz sorgfältiger schulmedizinischer Untersuchung fehlende Organursache, dass mit hoher Wahrscheinlichkeit ein Störherdgeschehen vorliegt. Die Beschwerden sind als „vegetativ“ einzustufen. Die Ohrakupunktur und die damit verbundene Möglichkeit der Störherdsuche ist in diesem Fall die geeignete Methode zur Problemlösung. Die Ohrakupunktur macht sich die Tatsache zu Nutze, dass jede Körperregion auf der Haut der Ohrmuschel eine Repräsentationszone hat (Reflexzone) und dass diese Zone elektrisch verändert ist, wenn ein krankhafter Zustand der entsprechenden Körperregion vorliegt. So lässt sich am Ohr erkennen, welche aktiven Areale mit einer Akupunkturnadel zu behandeln sind.

Durch eine Rachenmandel-Operation in der Kindheit entstand ein Narbenstörherd, der über dem entsprechenden Reflexbereich der Ohrmuschelhaut nachweisbar ist. Die Narbe, die von Geburt an im Bereich des Bauchnabels besteht, war ein zusätzlicher Störherd. Außerdem finden sich bei der Untersuchung noch Symptompunkte, die wichtige Nervengeflechte für die Speiseröhren- und Magentätigkeit darstellen. Die entsprechend auffälligen Ohrreflexzonen werden mit Nadeln behandelt. Nach der ersten Behandlung berichtet der Patient 7 Tage später, er habe sich sehr entspannt und wohliger müde gefühlt. Die ganze Woche über habe er nicht einmal mehr erbrochen, allerdings aber noch

die Übelkeit und das Aufstoßen beim Frühstück gehabt. Die zweite Behandlung wird an identischen Punkten durchgeführt. Als der Patient nach einer Woche zur dritten Behandlung kommt wirkt er verstört und meint: „Herr Doktor, ich habe ein Problem – ich glaube an so etwas nicht!“ Auf Nachfrage, was er damit meine, berichtet er, dass er nach der zweiten Behandlung nicht einmal mehr Aufstoßen gehabt habe und nur noch eine minimale Übelkeit. Erbrechen sei weiterhin nicht mehr aufgetreten. Eine dritte Behandlung wird noch gewünscht und damit die Behandlung abgeschlossen. Sechs Monate später erscheint die Freundin wegen einer Erkältungskrankheit in der Praxis. Auf Nachfrage, wie es dem Freund gehe, strahlt sie und berichtet, dass er weiterhin beschwerdefrei sei und dass das gemeinsame Frühstück ihrer Partnerschaft sehr gut täte. Diese rasche und drastische Wirkung einer Ohrakupunktur ist für einen Aurikulotherapeuten (Akupunkturarzt, der über die Reflexzonen am Ohr diagnostisch und therapeutisch arbeitet) nicht ungewöhnlich, wenn gleich dieser Fall beeindruckt, denkt man an den langen Leidensweg des Patienten.



Reflexlokalisationen am Ohr

© B. Ramme, Standardohr nach F. Behr

Links zum Thema

- Was ist ein Störherd?
<https://www.akupunktur.de/akupunktur/aurikulomedizin/stoerherde.html>
- Was heißt Aurikulomedizin?
<https://www.akupunktur.de/akupunktur/aurikulomedizin/ohrakupunktur.html>



Dr. Bernd Ramme
Präsident der Deutschen Akademie für Akupunktur |
DAA e. V.
Clara-Zetkin-Str. 21
17192 Waren

Vorschau auf Ausgabe 3/2017



© Dan Race - Fotolia.com

Hauptthema:

Schlafstörungen – Wenn die Nachtruhe zum Alptraum wird!

Ein erholsamer Schlaf ist für die Tagesanforderungen oft eine unverzichtbare Voraussetzung. Doch nicht jeder benötigt gleich viel Schlaf oder hat den gleichen Schlafrhythmus. Daher gibt es ganz unterschiedliche Schlafverhaltensweisen. Echter Schlafmangel kann allerdings bei längerer Dauer zu Folgeproblemen wie Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen, Fettleibigkeit und Störungen der Libido führen. Lesen Sie in der nächsten Ausgabe, was Experten aus dem Bereich Akupunktur und Kräutermedizin in diesen Fällen empfehlen.

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 Ärztesgesellschaft für Aku-
punktur, Chinesische Medizin und Aurikulome-
dizin, 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