

# Die Akupunktur und Moxibustion

Die Akupunktur ist außerhalb Chinas die bekannteste Therapieform der Traditionellen Chinesischen Medizin. Durch die Harmonisierung der Lebensenergie Qi an den auf Meridianen gelegenen Akupunkturpunkten wird die Therapie verschiedenster körperlicher, seelischer und psychischer Leiden möglich.

© by Matthias Eubel

## Grundsätzliches

Die Aku-Moxa Therapie (Akupunktur und Moxibustion) ist durch spektakuläre Heilerfolge und durch das „Geheimnis“ ihrer für westliches, wissenschaftliches Denken nicht zu erklärenden Wirkung schon seit über 100 Jahren in Europa bekannt.

Das Unverständnis westlicher Ärzte für chinesisches Denken bewirkte jedoch das Entstehen vieler Fehler und Unwahrheiten. Akupunktur ist keine reine Schmerztherapie, wie häufig behauptet wird.

Vielmehr ist die Aku-Moxa Therapie eine auf den Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) aufbauende Therapiemethode, die bei richtiger Anwendung fast allen Beschwerden von Leib, Seele und Psyche Möglichkeiten zur Linderung und Heilung bietet.

Eine vernünftige Akupunkturbehandlung kann wie auch eine chinesische Arzneimittelverordnung nur aufgrund einer fundierten Diagnose nach den Prinzipien der Traditionellen Chinesischen Medizin erfolgen. Puls- und Zungenbefund sollten eruiert werden, eine chinesische Diagnose, die Auskunft über betroffene Funktionskreise, pathogene Faktoren, Verlauf nach den 5 Wandlungsphasen und Störungen von Qi, Blut, Yin und Yang gibt, muss einer guten Behandlung zugrunde liegen.

Eine Akupunkturbehandlung nach einer westlichen Diagnose, wie z.B. Asthma, Gonarthrose etc. kann nur zufällig zu guten Ergebnissen führen, Enttäuschungen sind die häufige Folge.

## Die Lebensenergie Qi

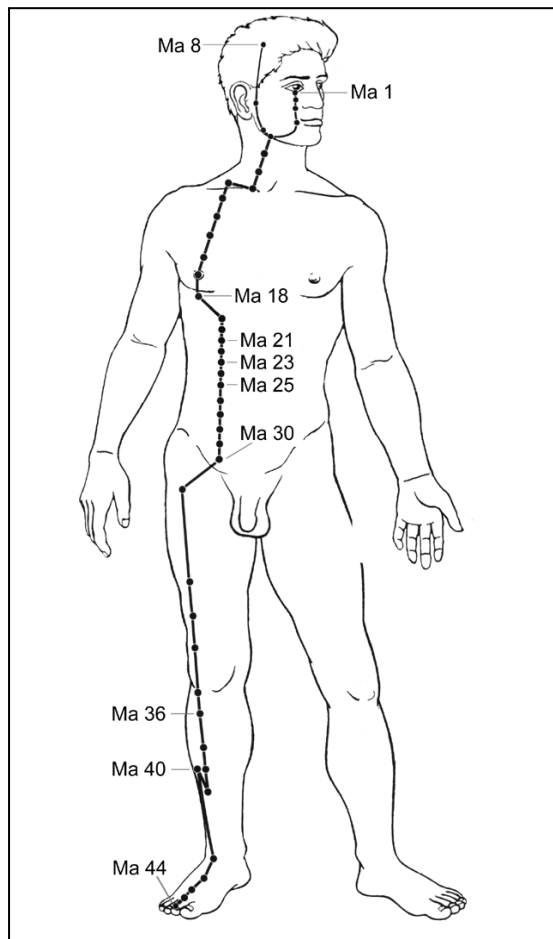
Die Wirkung der Aku-Moxa Therapie beruht auf der Harmonisierung der Lebensenergie Qi, welche in den Meridianen durch den ganzen Körper fließt.

Das Qi liegt allen Lebensvorgängen im menschlichen Körper zugrunde. Qi lässt sich als dynamische, ernährende, Kraft

spendende Energie darstellen, die allen Organen ihre Funktion ermöglicht.

Jeder Mensch bringt von Geburt an Qi mit (Ursprungs Qi). Dieses wird ergänzt durch Qi, welches wir durch Nahrung und Atmung täglich zu uns nehmen.

Schlechte Ernährung, ungesunde Lebensführung, Verletzungen, starke Hitze, Kälte etc. stören den Qi Fluß und erzeugen so Krankheit.



Der Magen Meridian

## Die Meridiane

Die Akupunkturmeridiane (auch Leitbahnen genannt) sind Kanäle, durch welche das Qi mehr oder weniger dicht unter der Körperoberfläche fließt.

Es gibt eine Vielzahl von Meridianen. Für die Akupunktur sind die 12 Hauptmeridiane und zwei der außerordentlichen Meridiane von besonderer Bedeutung, da nur auf Ihnen Akupunkturpunkte zu finden sind. Die übrigen Meridiane haben diagnostische Bedeutung und vervollständigen das Bild der flächendeckenden Versorgung des Körpers mit Qi.

Die 12 Hauptmeridiane sind paarig angelegt, jeweils auf der rechten und der linken Körperhälfte. Sie sind den 12 Funktionskreisen bzw. Organen der TCM zugeordnet und nach ihnen benannt.

Auf der Körpermittellinie verlaufen das Konzeptionsgefäß (vorne) und das Lenker- oder Gouverneursgefäß (hinten). Sie gehören zu den Außerordentlichen Meridianen.

Auf diesen 14 Meridianen liegen die 361 regulären Akupunkturpunkte.

Sämtliche Hauptmeridiane sowie Konzeptions- und Lenkergefäß verlaufen beim stehenden Menschen vertikal, also von oben nach unten oder von unten nach oben. Alle Meridiane haben Yin oder Yang Charakter.

Jeweils ein Yin und ein Yang Meridian bilden eine funktionelle Einheit (wie auch die zugehörigen Funktionskreise).

Meridiane stellen nicht nur imaginäre Verbindungslinien von Akupunkturpunkten mit ähnlicher Wirkung dar, bei der Akupunktur sind die Meridiane manchmal in Form eines Kribbelns oder Fließens deutlich spürbar.

Eine anatomische Entsprechung zu diesen Meridianen gibt es nicht.

### Die Akupunkturpunkte

An den Akupunkturpunkten (Shu Xue) fließt das Qi nah an der Körperoberfläche, es lässt sich hier besonders gut beeinflussen.

Das Qi verändert im Verlauf durch die Meridiane seine Wirkung, so dass sich die Indikationen der einzelnen Akupunkturpunkte eines Meridians unterscheiden.

Gewisse Regelmäßigkeiten erlauben es, einige Akupunkturpunkte zu systematisieren und funktionellen Kategorien zuzuordnen (Qualifikation).

Einige Beispiele seien hier genannt:

„Verbindungspunkte“ oder „Luo Passagepunkte“ öffnen Verbindungsmeridiane zum korrespondierenden Partnermeridian, sie

erreichen die Energie beider Meridiane und dynamisieren diese. Alle Verbindungspunkte liegen im Bereich der Unterschenkel bzw. Unterarme.

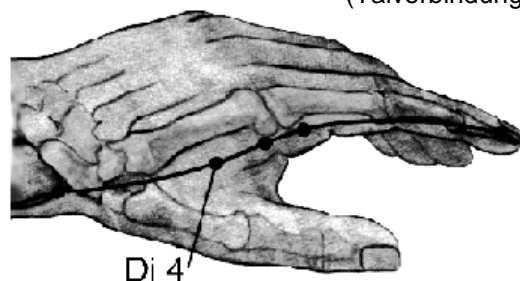
Jeder Meridian kann über seinen „Yuan Quellpunkt“ gestärkt werden. Die Nadelung dieser Punkte mobilisiert konstitutionelle Kraftreserven, das sogenannte „Ursprungs-Qi“.

Auf dem Blasenmeridian (Rücken) liegen die „Shu Einflusspunkte“, für jeden Funktionskreis einer. Sie dienen der Behandlung chronischer Erkrankungen.

Auf der Körpervorderseite liegen die „Mu Alarmpunkte“ zur Behandlung akuter Erkrankungen.

### Dickdarm 4 (Di 4)

chin.: **Hegu**  
(Talverbindung)



Lokalisation: Handrücken, zwischen 1. u. 2. Mittelhandknochen, bei Zusammengedrückten Daumen u. Zeigefinger a. d. höchsten Stelle der Muskelerhebung

Qualifikation: Yuan Quellpunkt

Wirkung: stärkt Abwehr (Immun) Qi, vertreibt Wind, lindert Schmerzen, öffnet den Dickdarm Meridian, wirkt auf Gesicht (Augen, Nase, Mund und Ohren)

Nadelung: senkrecht, 0,5 bis 1 cun tief, Moxibustion möglich

Indikationen: Erkältungskrankheiten, Fieber, Schwitzen, Gesichtslähmung, Gesicht-, Kopf-, Zahnschmerz, Schwellung, Augenkrankheiten

### Störungen des Qi

Das Qi in den Meridianen kann auf unterschiedliche Weise gestört sein. Es kann im Überfluss oder im Mangel sein, bedingt durch einen Stau oder andere Störungen. Dementsprechend erfordert die Therapie das Ausleiten (Lösen, Sedieren) eines Qi Staus oder das Ergänzen (Auffüllen, Tonisieren) eines Qi Mangels.

Für die Korrektur der unterschiedlichen Qi Störungen bieten sich verschiedene Möglichkeiten an:

### Die Akupunktur

Die Akupunktur bezeichnet das Einstechen von Nadeln (früher Gräten oder Splitter) in Akupunkturpunkte.

Die Akupunktur öffnet die Haut und hat daher (im Gegensatz zur Moxibustion) eher ausleitenden Charakter.

Jedoch kann durch verschiedene Techniken in Bezug auf Einstichtiefe, Nadeldicke, Einstich- und Herausziehtechnik, durch Verweildauer und durch Stimulationstechniken der Nadeln die Akupunktur stark ausleitend oder auch leicht ergänzend eingesetzt werden.

Ergänzen: dünne Nadel, langsames Einstechen, wenig / keine Stimulation...

Ausleiten: dicke Nadeln, schnelles Einstechen, starke Stimulation...

Eine intensive Ausleitung, insbesondere bei toxischer Hitze, kann durch blutiges Nadeln (Mikroaderlass) mittels spezieller Nadeln und Nadeltechniken erreicht werden. Diese Technik wird sehr selten angewendet.

### Die Moxibustion

Moxibustion bezeichnet das Abbrennen von Beifußkraut auf Akupunkturpunkten.

Das Erwärmen der Punkte bewirkt ein Auffüllen, Ergänzen des (mangelnden) Qi.

Auch bei der Moxibustion gibt es unterschiedliche Techniken.

Oft verwendet wird die sogenannte Moxazigarre, eine in Papier aufgerollte Beifußstange, die an einem Ende entzündet und 3 bis 4 cm über der Haut gehalten wird.

Aber auch das Abbrennen des Beifußkrautes auf einer auf den Akupunkturpunkt gelegten Ingwerscheibe oder das Abbrennen von auf eingestochene Akupunkturnadeln gestecktes Beifußkraut sind übliche Behandlungsmethoden.

Moxibustion kann auch großflächig über mehreren Akupunkturpunkten mit ähnlicher Wirkung angewendet werden.

### Sonstige Techniken

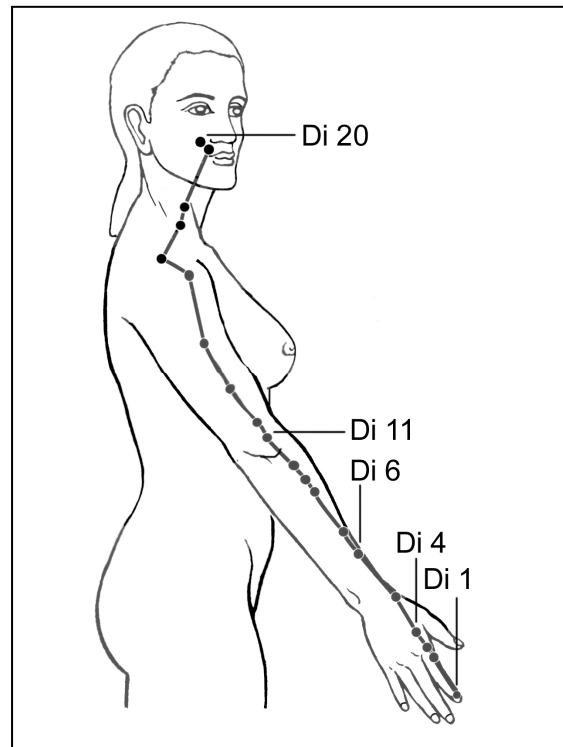
Wie alle alten Kulturen kannten auch die Chinesen das Schröpfen.

Das Schröpfen von Akupunkturpunkten hat einen ausleitenden Charakter.

Die Stimulation der Akupunkturpunkte mittels Laser bietet sich bei Kindern und bei Menschen mit Nadelphobie an, sollte aber keine grundsätzliche Alternative zur Akupunktur mit Nadeln sein.

Die elektrische Stimulation von Akupunkturpunkten (direkt auf der Haut oder über Nadeln) bewirkt eine sehr starke Reizung der Akupunkturpunkte. Sie wird bei der Akupunkturanaästhesie angewendet, darf aber nicht als Weiterentwicklung der klassischen Akupunktur verstanden oder eingesetzt werden.

Die häufig erwähnte Akupressur ist eine milde Form der Reizung, die gerne von Laien nach bestimmten Behandlungsschemen angewendet wird.



Der Dickdarmmeridian

### Auswahl der Akupunkturpunkte

Der Behandler wählt Punkte, deren Wirkung und Qualifikation zu der Diagnose des Patienten passen.

Klassische, bewährte Punktekombinationen sollten berücksichtigt werden.

In der Regel werden sowohl Punkte genadelt, die über oder in der Nähe des Krankheitsgeschehens liegen (Nahpunkte), als auch Punkte, die vom pathologischen Geschehen weit entfernt liegen (Fernpunkte).

### Klassifikation der Akupunkturpunkte

Die Numerierung der Akupunkturpunkte jedes Meridianes ist eine europäische Erfindung. In China hat jeder Punkt einen Namen, der in typisch chinesischer Art eine bildliche Aussage über den Punkt enthält.

Beschrieben wird die genaue Lage eines jeden Punktes und gegebenenfalls spezielle Techniken zum genauen Auffinden des Punktes.

Desweiteren werden besondere Qualifikationen eines Punktes angegeben, z.B. Shu Einflußpunkt, Quellpunkt, Mu Alarmpunkt... Von größter Wichtigkeit ist die Angabe über die Wirkung des Punktes nach den chinesischen Kriterien (pathogene Faktoren, Wirkung auf die Funktionskreise...), und die lokale Wirkung, die der Lage des Punktes oder dem Verlauf des Meridians entspricht.

Weiterhin werden noch einmal die genauen Symptome angegeben, bei denen dieser Punkt helfen kann.

Es folgen Angaben über Einstichtiefe, Einstichrichtung, Hinweise zur Moxibustion, Gefahren, Kontraindikationen...

Bewährte Kombinationen mit anderen Akupunkturpunkten runden die Beschreibung eines Punktes ab.

### **Die Behandlung**

Der Patient sollte während einer Akupunktursitzung möglichst entspannt liegen oder sitzen und sich wohl fühlen. Die Position hängt natürlich von den zu nadelnden Akupunkturpunkten ab.

Die zu nadelnden Körperabschnitte müssen entkleidet sein.

Verwendet werden ausschließlich sterile Nadeln, in der Regel in Form von Einwegnadeln.

Das Einstechen der Nadeln ist in der Regel kaum schmerzhaft, abhängig natürlich von der Empfindlichkeit des Patienten, von

der Lokalisation des Punktes und von der Einstichtechnik.

Die Einstichtiefe liegt zwischen 0,2 cm und ca. 2,5 cm, die Nadeln sind zwischen 0,2 mm und 0,5 mm dick und meist aus Stahl.

Nach dem Einstich darf kein stechender oder schneidender Schmerz zu fühlen sein (fehlerhafte Nadelung).

Ein leichter dumpfer Schmerz (brummen, drücken, kribbeln) kann das Fließen des Qi und somit eine Wirkung anzeigen.

Eine Akupunktursitzung dauert etwa 20 bis 30 Minuten.

Beim Herausziehen der Nadeln kann es (selten) zu leichten Blutungen oder kleinsten Blutergüssen kommen.

Die Anzahl der Nadeln ist von der Erkrankung, mehr noch allerdings von der Schule des Therapeuten abhängig, sie schwankt zwischen 1 und 20 Nadeln pro Sitzung, wobei die Regel „Viel hilft viel“ nicht zutrifft. 2 bis 12 gut platzierte Nadeln sollten reichen.

Bei akuten Erkrankungen ist eine Wirkung oft direkt nach der Akupunktur spürbar.

Akute Erkrankungen erfordern wenige, (ca 2 bis 10) dafür schnell hintereinanderliegende Behandlungen (evtl. täglich), chronische Erkrankungen können viele (8 bis 20) Behandlungen erfordern, die jedoch weiter auseinanderliegen können (ca. 7 bis 10 Tage).

### **Übrigens**

Die Akupunktur ist von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) anerkannt und wird bei einer Vielzahl von Indikationen empfohlen.

## **Naturheilpraxis Matthias Eubel**

Friedrich-Ebert-Straße 118  
48153 Münster

Tel.: 02 51 - 9 74 28 72

Fax: 02 51 - 9 74 28 73

[www.m-eubel.de](http://www.m-eubel.de)

[info@m-eubel.de](mailto:info@m-eubel.de)