

Geschichte der Akupunktur

Die Bezeichnung `Akupunktur´ kommt aus dem Lateinischen von *acus* (Nadel) und *pungere* (stechen). Eine exakte Datierung, seit wann die Akupunktur ausgeübt wird, gibt es nicht. In jüngerer Zeit stellte sich aber heraus, dass schon `Ötzi´, die über 5000 Jahre alte Gletschermumie, akupunktiert wurde. Es fanden sich Tätowierungen, die exakt den Akupunkturpunkten entsprechen. Dass `Ötzi´ unter starker Arthrose litt, war durch Röntgenaufnahmen festgestellt worden.

Die eigentlichen Anfänge der Akupunktur liegen in China, vor über 4000 Jahren.

In Europa setzte sich zu Beginn des 19. Jahrhunderts als erster ein französischer Arzt mit der Akupunktur auseinander. Zunächst wurde die Methode hauptsächlich zur Linderung von Schmerzzuständen jeglicher Art angewandt. Bis in die 50-iger Jahre des letzten Jahrhunderts geriet die Akupunktur wieder in Vergessenheit. Seitdem erfreut sie sich zunehmender Beliebtheit. In den letzten Jahren wurde auf diesem Gebiet vermehrt geforscht und Anwendungsbeobachtungen durchgeführt.

Organisatorisches:

Bei Interesse erhalten Sie von meinen Mitarbeiterinnen einen Fragebogen, den Sie bitte ausgefüllt zu einem Gesprächstermin mitbringen. Bei diesem Termin erfrage ich die noch fehlenden Details, um für Sie ein individuelles Akupunkturprogramm ausarbeiten zu können. Wir können bei diesem Gespräch auch klären, ob die Akupunktur bei Ihren Beschwerden als Kassenleistung abgerechnet werden kann. Im Anschluss können Termine ausgemacht werden.

Zu jedem Termin bringen Sie bitte 2 große Handtücher oder Decken mit, ziehen sämtlichen Schmuck aus (auch Uhren und wenn möglich den Ehering) und kalkulieren etwa 1 Stunde Zeit ein.

Termin Vorgespräch:

1.Akupunkturtermin:

2.Akupunkturtermin:

3.Akupunkturtermin:

4.Akupunkturtermin:

5.Akupunkturtermin:

6.Akupunkturtermin:

7.Akupunkturtermin:

Akupunktur

***Eine Informationsbroschüre
für PatientInnen***



Dr.med.C.R.Baumgarten
Gynäkologie - Geburtshilfe - Akupunktur
Hauptstr. 54
45219 Essen
Tel:02054/1047791
Fax: 02054/10477924

Akupunktur

Die Reizung von Akupunkturpunkten, vor allem mit Nadeln, ist wohl die älteste und am weitesten bekannte Heilmethode der Welt.

Am bekanntesten ist die Traditionelle Chinesische Akupunktur (TCM), die sogenannte Körperakupunktur. Durch Reizung von genau festgelegten Punkten der Haut können Störungen im gesamten Organismus, also auch im Körperinneren, gelindert, oft sogar beseitigt werden. Akupunktur kann zerstörte Strukturen nicht wiederherstellen, wohl aber gestörte Funktionen wieder harmonisieren.

Ob Akupunktur in Ihren individuellen Fall - evtl. auch nur als unterstützende Therapie - helfen kann, besprechen wir bei einem Vorgespräch.

Akupunkturpunkte

Die Punkte liegen auf Leitbahnen, die man auch als Meridiane bezeichnet. In ihnen kreist nach traditioneller chinesischer Auffassung die Lebensenergie `Qi´ mit ihren Anteilen Yin und Yang. Diese beiden Kräfte sind im Körper als Gegenpole gleichzeitig wirksam. Ihr Gleichgewicht stellt den idealen Gesundheitszustand dar, Ihr Ungleichgewicht führt zu Beschwerden. Die Energie des gesamten Meridians als Funktionskreis mit seinen zugehörigen Organen muss stabilisiert werden, um das Gleichgewicht wieder herzustellen und so Krankheiten wirkungsvoll zu behandeln.

beispielhafte Indikationen:

Erkr.d.Bewegungsapparates:

Wirbelsäulenbeschwerden, Tennisellenbogen, Achillessehnenreizung, Schiefhals, Gelenkverschleiss (Knie/Hüfte/Schulter...)

Neurolog.Erkrankungen:

Neuralgien (im Gesicht, nach Gürtelrose...), Kopfschmerz, Migräne, Facialisparesie

Gynäkologische Erkrankungen:

Wechseljahrsbeschwerden, zu starke, unregelmäßige u./o.schmerzhafte Menstruation, praemenstruelles Syndrom, Schmerzen i.d.weibl.Brust

Geburtshilfliche Indikationen:

Schwangerschaftserbrechen, Geburtsvorbereitung, Schmerzzustände i.d.Schwangerschaft, kindl.Fehllagen

Psychosomatische Beschwerden:

Erschöpfungszustände, Unruhezustände, Schlafstörungen; Prüfungsangst, Nikotinentwöhnung, begleitend zur Gewichtsreduktion

Magen-Darm-Beschwerden:

Reizdarm, Reizmagen, Blähungen, Völlegefühl, chron.Verstopfung o. Durchfall

Lungen-u. HNO-Erkrankungen:

M.Menièrè, Tinnitus, Allergien, chron.Nasennebenhöhlenentzündung,

Herz-Kreislauf-Erkrankungen:

funktionelle Herzbeschwerden, Herzrhythmusstörungen

Sonstiges:

funkt.Störungen des Immunsystems, Entgiftung, Hitzewallungen, Nachtschweiss, Wellness

Wirkung

Die Akupunktur bedient sich der Steuerzentrale des Menschen, des Gehirns. Alle Reize, die durch die Akupunktur ausgelöst werden, gelangen über das Zwischenhirn zu den angesprochenen Körperteilen. Akupunktur wirkt vor allem bei gestörter Organfunktion heilend. Handelt es sich aber bereits um die fortgeschrittene Zerstörung von Strukturen kann auch mit Akupunktur nur noch eine Linderung von Beschwerden erreicht werden. Richtig angewendet ist die Akupunktur so gut wie risiko,- und nebenwirkungsfrei. In jedem Fall muss die Indikation zur Akupunktur individuell gestellt werden.

Eine rasche Entspannung stellt sich oft als Sofortwirkung ein. Manche Patienten empfinden nach der Behandlung sofort Erleichterung, bei anderen stellt sich eine Linderung erst nach mehreren Sitzungen ein. Auch Erstverschlimmerungen kommen vor, wenn auch sehr selten. Üblicherweise benötigt man mindestens fünf bis sechs Sitzungen, meist ein- bis zweimal in der Woche. Eine Sitzung dauert ca. 30-45 Minuten. Die Lokalisation der Nadeln kann jedes Mal eine andere sein, in der Regel werden zwischen 2 und 12 Nadeln gesetzt. Die Nadeln werden nur einmalig verwendet und sind aus nickelfreiem Stahl. Nach der Akupunktur sollten Sie große körperliche Anstrengungen meiden.