

Gibt es bei der Akupunktur Nebenwirkungen?

Eine fachgerecht durchgeführte Akupunktur hat keine Nebenwirkungen. Die Akupunktur setzt auf die Selbstheilungskräfte des Körpers, deren Aktivierung im Verlauf der Behandlung kurzfristig die Symptome verstärken kann, die jedoch rasch wieder abklingen. Die Heilung verläuft von innen nach außen, so dass Ausscheidungen über Haut, Stuhl und Urin möglich sind. Meist tritt nach der Akupunktur eine angenehme Entspannung auf, manchmal ein Schlafbedürfnis. Bitte vermeiden Sie zwei Stunden vor und nach jeder Behandlung körperliche Anstrengungen, üppige Mahlzeiten, Stress und sexuelle Aktivität.

Wie viele Behandlungen werden benötigt?

Normalerweise gilt: je älter die Erkrankung, desto länger/häufiger muss der Patient behandelt werden. In der Regel werden 2 Akupunkturbehandlungen in der Woche durchgeführt, in Serien von 10-12 Behandlungen. Dann wird meist eine Pause von 2-3 Wochen eingelegt. Wenn der Therapieverlauf oder die Schwere der Behandlung es erforderlich macht, sind weitere Behandlungsserien erforderlich. 3-4 Monate nach Abschluß der Behandlung sind zur Auffrischung 2- 4 Akupunktursitzungen zu empfehlen, die zur Stabilisierung des Heilerfolges beitragen. Bei erneutem Auftreten der Erkrankung nach Monaten oder Jahren, z.B. bei Migräne, sollte frühzeitig mit einer erneuten Akupunkturbehandlung begonnen werden, die in der Regel deutlich kürzer ist als der erste Behandlungszyklus.

中
西
医
诊
所

AKUPUNKTUR

Traditionelle
Chinesische
Medizin

Dr. med. Liu Hasselbach

Sprechstunden

(Termin nach Vereinbarung)

Tel.: 040-51 31 53 54

Fax: 040-41 35 39 03

Hallerstrasse 70
20146 Hamburg

info@tcmpraxis-dr-hasselbach.de

www.tcmpraxis-dr-hasselbach.de



U1: Hallerstrasse Bus 115: Parkallee Bus 5: Grindelallee

Patienteninformation

Akupunktur



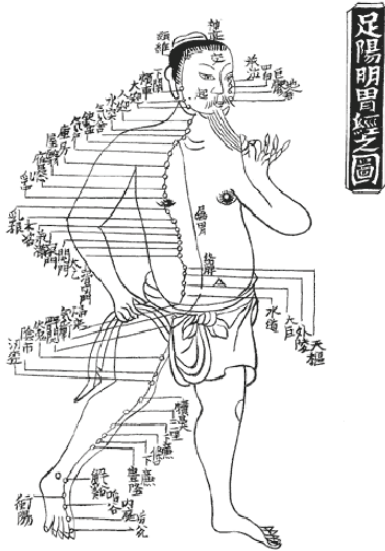
Dr. med. Liu Hasselbach

Was ist Akupunktur?

Akupunktur als Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) ist eine seit mehr als 2000 Jahren bewährte medizinische Heilweise, die durch das Nadeln spezifischer Punkte die körpereigenen Heilungskräfte aktiviert und die Gesundheit erhält oder wiederherstellt. Im Mittelpunkt dieses Medizinsystems steht die Vorstellung von einer im Körper fließenden Lebenskraft, auch Lebensenergie genannt, chinesisch Qi, auf deren Wirkung alle Lebensäußerungen beruhen.

Die Behandlung

Zur Akupunkturbehandlung werden sehr dünne Nadeln in ausgewählte Punkte so gut wie schmerzfrei eingestochen, um das zuvor festgestellte Ungleichgewicht zu korrigieren. Je nach Erfordernissen werden bis zu 20 Nadeln verwendet. Die Patienten bleiben dann 20- 30 Minuten, manchmal noch länger liegen, und lassen die „Nadelgefühle“ sich entwickeln (auf chinesisches „Shou Qi“- Bewahren der Nadelgefühle).



Was spüre ich? - Chinesisches „De Qi“- Gefühl oder Nadelgefühle

Während der Akupunktursitzung treten vielfältige Veränderungen im Körper auf. Diese lösen verschiedene Empfindungen und Gefühle aus. Der Einstich der Akupunkturnadeln führt zu einem kurzzeitigen Einstichschmerz, der meist hell und oberflächlich empfunden wird. Nach dem Nadeln der Akupunkturpunkte empfindet man häufig ein Schwere- und Druckgefühl an den Einstichstellen, das von den Chinesen De Qi Gefühl genannt wird. Manchmal tritt auch ein Gefühl einer leichten Elektrisierung auf. Dieses "Nadelgefühl" kann unterschiedlich stark empfunden werden.

Nachdem die Nadeln für einige Minuten liegen, entspannt sich der Körper. Häufig beginnt man, die Bewegung der Lebensenergie im Körper in Form eines Gefühls des Fließens wahrzunehmen. Zunächst ist dieses Fließen sehr zart, dann wird es meist langsam, nach einigen Sitzungen immer stärker. Während der Akupunktur richtet man die Aufmerksamkeit nicht auf ein einzelnes Teilgebiet des Körpers, sondern beobachtet sanft den Gesamtfluß.

Auch eine tiefe ruhige Atmung in den Brustkorb hinein, mit einer längeren Phase der Ausatmung, bei der man alle Spannung losläßt, kann von entscheidender Bedeutung für den Therapieerfolg sein.

Wenn Spannungen sich lösen, können körperliche Empfindungen wie Zittern, Kribbeln, Kälte- oder Hitzegefühle, Schwindel auftreten aber auch Gefühle wie Wut, Unruhe, Traurigkeit oder Angst werden empfunden.

Diese Empfindungen und Gefühle sind Ausdruck der Klärung der Spannungen und Blockaden, die oft der Krankheit zugrunde liegen.

Angst vor der Nadel? - Laserakupunktur als Alternative

Neben der klassischen Akupunktur steht die moderne Laser-akupunktur als alternative



Laserakupunktur

Behandlungsmethode. Sie ermöglicht hochwirksame Akupunktur ohne Schmerzen. Die Lasernadeln werden auf der Haut –worauf sich die Akupunkturpunkte befinden, mit einem Tesafilm befestigt. Die Behandlung dauert 20-30 min. Man muss aber damit rechnen, dass die Laserakupunktur evtl. mehr Behandlungssitzungen benötigen werden als klassische Akupunktur-Behandlung.