

金

水

木

火

土

## Was ist Akupunktur?

Akupunktur stammt ursprünglich aus China. Grabfunde zeigen, dass Steinnadeln bereits vor 4000 bis 5000 Jahren Anwendung fanden. In Europa wurde diese Behandlungsmethode erstmals 1657 bekannt. Aber erst in den 1970er-Jahren, seit der Öffnung Chinas gegenüber dem Westen, gelangte das Wissen der chinesischen Medizin in grösserem Umfang zu uns.

Im Gegensatz zum westlich-mechanistischen Verständnis vom Funktionieren des Körpers orientiert sich die chinesische Medizin an einem energetischen Modell. Nach alter asiatischer Auffassung ist es die Lebensenergie Qi, die allen Körperfunktionen übergeordnet ist. Das Qi fliesst sowohl tief im Körperinneren als auch nahe der Körperoberfläche durch Leitbahnen oder Meridiane. Auf jedem Meridian gibt es bestimmte Zugangs-„Punkte“ zum Qi, über die sich Störungen sowohl des Meridians als auch der inneren Organe behandeln lassen. Erkrankung wird als blockierte oder disharmonisch fließende Energie verstanden. Wenn das Qi im Gleichgewicht ist und harmonisch durch den Körper fliesst, sind geistiges, seelisches und körperliches Wohlbefinden und Vitalität die Folge. Diese ganzheitlich therapeutische Wirkung ist eine der grossen Stärken der Akupunktur.

## Diagnose und Behandlung

Akupunktur beginnt mit einer Diagnose des individuellen Energieungleichgewichtes. Chronische Über- oder Unterfunktionen in einem bestimmten Energiekreislauf führen zu einem weniger wirkungsvollen Arbeiten des entsprechenden Organs oder zu Über- bzw. Unterversorgung mit Energie in bestimmten Körperregionen, woraus Krankheiten entstehen. Die Funktionsstörungen der Energieleitbahnen offenbaren

sich auf vielfältige Weise, z.B. durch den Puls, die Zunge, den Klang der Stimme, den Farbton des Gesichts, gewisse Emotionen, Vorlieben für bestimmte Speisen und Geschmäcker, durch die Art von Krankheitsäusserungen und vieles mehr. Diese Anzeichen ergeben zusammen mit anderen Kriterien die Grundlage der Diagnose.

Die Behandlung besteht in der Wiederherstellung des Energiegleichgewichts durch Stimulation einzelner Punkte oder Meridianabschnitte mittels steriler Edelstahlnadeln oder durch das Abbrennen von getrockneten Blättern der Artemisia vulgaris (Beifuss), auch Moxa genannt. Beide Methoden werden oft miteinander kombiniert. Ebenfalls zur Anwendung kommt die Schröpftherapie, wobei die Körperzonen mit Schröpfgläsern stimuliert werden.

In dem Masse, in dem sich das energetische Gleichgewicht verbessert, verbessert sich auch die Gesundheit.

## In welchen Fällen hilft Akupunktur?

Aus einer Kultur stammend, die uns fremd ist, wird die Akupunktur in Europa immer mehr beansprucht, nicht nur bei einem Versagen der Schulmedizin, sondern auch als erste Behandlungsmassnahme.

Die gleichzeitige Anwendung von Schulmedizin und Akupunktur schliessen sich nicht aus, im Gegenteil, die Akupunktur wird oft zur Unterstützung der Schulmedizin angewandt. Man darf nie vergessen, dass beide Medizinmodelle ihre Stärken haben, welche unersetzlich sind. Die Weltgesundheitsorganisation WHO hat eine Liste der am meisten mittels Akupunktur behandelten Krankheiten und Störungen herausgegeben.

## Unvollständiger Auszug aus dieser Liste:

### Orthopädische Krankheiten

- Rückenbeschwerden aller Art
- Lumbalgie, Hexenschuss, Ischiasschmerz
- Bandscheibenvorfall
- Schleudertrauma
- Nackenschmerz, Nackensteife
- Arthritis und Arthrose
- Rheumatische Erkrankungen
- Epikondylitis („Tennisellbogen“)
- Schulter-Arm-Syndrom
- Knieschmerzen

### Neurologische Krankheiten

- Schwindel
- Tinnitus (Ohrgeräusche)
- Periphere Neuropathien (Nervenleiden)
- Trigeminusneuralgie
- Behandlung nach Schlaganfall
- Kopfschmerzen, Migräne

### Allergien, Hauterkrankungen

- Heuschnupfen
- Asthma
- Akne
- Ekzeme (z.B. Neurodermitis)
- Psoriasis (Schuppenflechte)

### Gynäkologie / Urologie

- Menstruationsstörungen
- Blasenentzündung
- Sexual- und Fruchtbarkeitsstörungen
- Unterstützung bei Schwangerschaft und Geburt
- Wechseljahresbeschwerden

### Magen- und Darmerkrankungen

- Übersäuerung des Magens
- Akute und chronische Gastritis (Magenschleimhautentzündung)
- Magengeschwür
- Obstipation (Verstopfung)
- Diarrhö (Durchfall)
- Colitis ulcerosa, Morbus Crohn

### Innere Krankheiten

- Bluthochdruck
- Fettstoffwechselstörungen
- Gicht
- Hämorrhoiden
- Krampfadern

### Infekte mit chronischem Hintergrund

- Akute und chronische Bronchitis
- Akute und chronische Sinusitis
- Akute und chronische Rhinitis
- Akute und chronische Konjunktivitis
- Allgemeine Erkältungsanfälligkeit

### Sonstige Krankheiten / Beschwerden

- Schlafstörungen
- Erschöpfungszustände
- Depressive Zustände
- Nikotinentwöhnung
- Alkoholmissbrauch, Drogenmissbrauch

金

水

木

火

土

## Akupunktur ist mehr als Symptombehandlung.

Akupunktur, die auf die Wiederherstellung des gesamten energetischen Gleichgewichts abzielt, wird sowohl einen bestimmten Krankheitszustand angehen, als auch dem Patienten zu einem allgemein verbesserten Lebensgefühl verhelfen. Dieses Empfinden leitet sich aus gesteigerter Energie und Vitalität, grösserer Lebensfreude und mehr Selbstvertrauen, gesünderem Schlaf und normalem Appetit her.

Unter dieser Vorgehensweise, die den ganzen Menschen berücksichtigt, verstehe ich klassische Akupunktur. Es gibt viele Menschen, die sich krank fühlen, aber keine ausreichenden körperlichen Beschwerden vorweisen können, um sich krank nennen zu können. Klassische Akupunktur kann das zugrundeliegende Energieungleichgewicht erkennen und behandeln, obwohl der Patient / die Patientin keine medizinische Diagnose vorbringen kann.

## Akupunktur eignet sich auch hervorragend als Präventivmethode.

Das Behandlungsziel liegt hier in der Erhaltung der Gesundheit und nicht in der Bekämpfung einer Erkrankung.

## Was geschieht, wenn Sie zur Behandlung kommen?

Für Ihren ersten Besuch sollten Sie ausreichend Zeit einplanen, damit ich genügend Informationen über folgende Punkte sammeln kann:

- Ihre Beschwerden, den Krankheitsverlauf und die bisherige Art der Behandlung.
- Ihre Krankheitsgeschichte und andere Beschwerden.
- den Zustand der verschiedenen Organ- und Körpersysteme anhand von Schlaf, Appetit, Verdauung etc.

Gewöhnlich werden Sie anfangs einmal wöchentlich zur Behandlung kommen, und im weiteren Verlauf werden die Abstände zwischen den Behandlungen in dem Masse verlängert, in dem sich Ihr Zustand verbessert, wobei das Tempo der individuellen Genesung von Person zu Person verschieden ist und wenig mit dem Namen der Krankheit zu tun hat. Einige Patienten fühlen schon unmittelbar nach einer Behandlung eine starke Besserung, während andere mehr Zeit benötigen.

Die Behandlungskosten werden im Rahmen der Alternativ-Zusatzversicherung von allen Krankenkassen übernommen.

Es gelangen ausschliesslich sterile Einwegnadeln zur Anwendung.

## Praxis für:

- **Klassische chinesische und japanische Akupunktur**
- **Energetisch - Statische - Behandlung nach Radloff**
- **Shonishin - Japanische Kinderbehandlung**
- **Klassische Naturheilkunde**
- **Phytotherapie**
- **Ernährungsberatung**

Franziska Thomann  
Praxis für klassische Akupunktur  
und Naturheilkunde

Webereistrasse 55  
8134 Adliswil

Dubsstrasse 45  
8003 Zürich

078 806 26 33

Dipl. Akupunkteurin SBO-TCM  
EMR-anerkannt, NVS A-Mitglied,  
EGK-anerkannt, Kant. Praxisbewilligung

