

# Akupunktur



Energieblockaden lösen



Das chinesische Wort für Akupunktur 針灸 heißt übersetzt „Brennen und Stechen“ und steht für die Behandlung mit Wärme und durch Einstechen von Nadeln in Akupunkturpunkte.

***Die Akupunktur ist eine Behandlungsmethode aus der Traditionellen Chinesischen Medizin und basiert auf dem Wissen, dass Gesundheit nur durch das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele bestehen kann.***

Durch das Einstechen von Nadeln in Akupunkturpunkte wird der Energiefluss (Qi) im Körper harmonisiert – mit dem Ziel Blockaden zu lösen, Heilungsprozesse anzuregen und Schmerzen zu beseitigen. Bei bestimmten Krankheiten ist zusätzlich eine Erwärmung mit Kräutern wirkungsvoll.

Es gibt mehr als 361 Akupunkturpunkte, die auf Leitbahnen (Meridiane) miteinander verbunden sind. Die zwölf Hauptmeridiane sind jeweils spiegelbildlich auf beiden Körperseiten angelegt. Der gesamte Körper einschließlich der inneren Organe steht mit Akupunkturpunkten in Verbindung und wird zusätzlich über sogenannte Mikrosysteme am Ohr, an der Hand und am Schädel abgebildet.

Die Akupunkturlehre entstand vor ca. 5000 Jahren. Neueste Erkenntnisse über die 5.200 Jahre alte mumifizierte Leiche des „Ötzi“ aus dem Haulabjoch weisen auf Akupunkturbehandlungen in Europa zu einem sehr frühen Zeitpunkt hin. Die Tätowierungen der Mumie am Rücken, an Ober- und

Unterschenkel sowie an Knie und Fuß stimmen zu fast 100% mit bekannten Akupunkturpunkten überein. Röntgenbefunde bestätigen zudem, dass der „Ötzi“ an Krankheiten litt, die mit den Indikationen dieser Akupunkturpunkte übereinstimmen.

**Eine Akupunkturbehandlung heilt Symptome und bringt Körper, Geist und Seele wieder in Einklang.**



#### **Ablauf einer Akupunktursitzung:**

Eine Akupunktursitzung dauert 20 bis 30 Minuten. Der Patient liegt dabei entspannt auf einer Liege. Bitte bringen Sie dazu eine Decke oder ein großes Handtuch zum Zudecken mit. Entsprechend der chinesischen Diagnosekriterien wird nun die Behandlung mit Akupunkturnadeln durchgeführt. Bei bestimmten Erkrankungen wird zusätzlich eine Erwärmung der Akupunkturpunkte mit Kräutern eingesetzt.

Im Regelfall umfasst eine Akupunkturserie 10 bis 15 Sitzungen.

#### **Info**

*Akupunktur ist ein wirksames Mittel bei Erkrankungen des Bewegungsapparates wie Rückenschmerzen, Gelenkschmerzen, Migräne, Erkrankungen des Atmungssystems (z. B. akute Nasennebenhöhlenentzündung), gastrointestinale Störungen (z. B. chronische Magengeschwüre), Schlafstörungen, Bronchialasthma, Allergie, neurologische Störungen (z. B. nach einem Schlaganfall), Augenerkrankungen (z. B. zentrale Retinitis), muskuloskeletale Erkrankungen (z. B. Cervicobrachialsyndrom) und Suchterkrankungen wie bei der Raucherentwöhnung.*