200 vor bis 200 nach Christus
Im Buch «Huangdi Neijing» aus China werden zum ersten Mal Akupunkturnadeln und -techniken beschrieben.

250 nach Christus
Das Werk «Zhenjiu jiayijing» des Chinesen Huangfu Mi erwähnt 349 Akupunkturpunkte und gibt genaue Hinweise auf deren Wirkung.

16. Jahrhundert
Portugiesische Jesuiten in Japan erwähnen in ihren Briefen die ihnen bisher unbekannte Nadeltherapie.

1683
Willem ten Rhijne, ein Arzt der niederländischen Ostindienkompanie, verwendet in einer Abhandlung zum ersten Mal den Begriff Akupunktur.

1929
Unter dem Einfluss der westlichen Medizin werden Akupunktur und die gesamte Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) in China verboten.

1960er-Jahre
Mao Zedong fördert die «Volksmedizin» inklusive Akupunktur wieder, da China über zu wenige nach westlichen Standards ausgebildete Ärzte verfügt.

1970er-Jahre
Nach dem Vietnamkrieg zieht das amerikanische Militär Erkundigungen ein über den Nutzen von Akupunktur in der Anästhesie.

Seit 2000
Immer mehr wissenschaftliche Studien untersuchen den Nutzen und die Wirksamkeit von Behandlungen mit Akupunktur.

Mit Nadeln zum Heil

Für die einen ist Akupunktur nur Hokuspokus, für die anderen eine sanfte und wirkungsvolle Alternative zur Schulmedizin

Erik Brühlmann

Akupunktur ist eine Behandlungsmethode mit jahrtausendealter Tradition. Bereits 200 vor Christus wurden erstmals Akupunkturnadeln und -techniken beschrieben. In Europa wird diese Heilkunst jedoch erst seit wenigen Jahrzehnten ernsthaft praktiziert. Und das Verhältnis von Schulmedizinern und Patienten zur Akupunktur ist nach wie vor gespalten. Denn wie die Nadeln, die an bestimmten Punkten in den Körper gestochen werden, genau wirken, ist der Wissenschaft immer noch bis zu einem gewissen Grad ein Rätsel.

Allerdings belegen immer mehr wissenschaftliche Studien die Wirksamkeit dieser Heilmethode. Die in Deutschland zwischen 2002 und 2007 angesetzten Gerac-Studien (German Acupuncture Trials) zum Beispiel wurden mit über 250 000 Patientinnen und Patienten durchgeführt. Sie weisen unter anderem darauf hin, dass Akupunktur bei Beschwerden wie Rücken-, Gelenk- oder chronischen Kopfschmerzen gleich gute oder sogar bessere Resultate erzielt wie herkömmliche Therapien.

Dennoch kämpfen komplementärmedizinische Behandlungsmethoden nach wie vor gegen den Dunst des Esoterischen an. «Das wird sich mit der gerade stattfindenden Neuausrichtung und Professionalisierung des Ausbildungssystems in der Schweiz jedoch ändern», ist Janine Breetz überzeugt. Die Naturheilpraktikerin ist Präsidentin der Naturärzte-Vereinigung Schweiz (NVS), dem mit 3000 Praktizierenden grössten Berufsverband für Naturheilkunde und Komplementärmedizin. Konkret werden in Zukunft Schulen, die von der Organisation der Arbeitswelt Alternativmedizin (OdA AM) anerkannt sind, Ausbildungen mit Fachdiplom anbieten. Nach einem Praktikum kann dann die höhere Fachprüfung absolviert werden, die zum eidgenössischen Diplom führt. Die Hürde der kantonalen Anerkennung bleibt aber weiterhin bestehen: «Da es sich bei der Akupunktur um eine hautverletzende Massnahme handelt, benötigen Akupunkteure grundsätzlich eine kantonale Zulassung», sagt Janine Breetz.

Akupunktur will nicht nur Symptome behandeln, sondern Ursachen suchen

Die Palette der Beschwerden, bei denen eine Akupunkturbehandlung hilfreich sein kann, reicht von Knieschmerzen über Migräne bis hin zu Asthma oder Reizdarm. Umso wichtiger ist – ganz wie in der Schulmedizin – die Anamnese. «Hier geht es jedoch nicht nur darum, die körperlichen Beschwerden auszuloten», so die NVS-Präsidentin, «ein Akupunkteur will nicht nur die Symptome behandeln, sondern die Ursachen dafür finden, um langfristige Besserung erreichen zu können.» Und diese Ursachen seien längst nicht immer nur körperlicher Natur.

Nach dem Gespräch entscheiden Therapeut und Patient gemeinsam über die weitere Behandlung. Janine Breetz: «Das hängt auch davon ab, welche Ziele ein Patient anstrebt. Möchte er schmerzfrei sein? Möchte er bestimmte Bewegungen wieder machen können?» Auf dieser Grundlage schlägt der Therapeut Massnahmen vor. Neben der klassischen Nadelbehandlung gibt es hier zum Beispiel auch die Moxibustion. Dabei werden gewisse Punkte des Körpers gezielt erwärmt, etwa mit speziellen Nadeln, an denen kleine Mengen Beifussfasern kontrolliert verglimmen. Eine weitere Alternative zu den Nadeln ist das Schröpfen. Hierbei erzeugt der Therapeut an bestimmten Körperstellen mit einer Saugglocke ein Vakuum, was die lokale Durchblutung anregt. Welche der vorgeschlagenen Methoden letztlich zur Anwendung kommt, entscheidet der Patient mit. Dass der Glaube an die Methode die Heilungschancen erhört, ist dabei unbestritten. «Hier haben die Schul- und die Alternativmedizin etwas gemeinsam», sagt Janine Breetz: «Den Placeboeffekt gibt es bei beiden Ansätzen.»

Die Klientel der Akupunkturtherapeuten lässt sich in zwei Gruppen einteilen. Einerseits sind es jene, die so stark von der Alternativmedizin überzeugt sind, dass sie von Anfang an lieber zum Heilpraktiker als zum Schulmediziner gehen. «Gerade bei dieser Gruppe ist ein intensives Einstiegsgespräch wichtig», sagt Janine Breetz. Je mehr Informationen der Therapeut erhalte, desto besser könne er einschätzen, ob nicht doch ein schulmedizinischer Ansatz geeigneter wäre. Die zweite Patientengruppe umfasst jene, die schon alle Register der Schulmedizin gezogen und trotzdem keine oder keine dauerhafte Besserung ihrer Beschwerden erreicht haben. Sie sind bereit, sich auf die Alternativmedizin einzulassen – und sei es nur als letzten Strohhalm.

Welche Akupunktur-Behandlungen die Versicherung bezahlt

Seit dem 1. August 2017 ist die ärztliche Komplementärmedizin den übrigen ärztlichen Leistungen gleichgestellt und dem Vertrauensprinzip unterstellt. Laut Krankenpflege-Leistungsverordnung (KLV) übernimmt die Versicherung die Kosten von Leistungen im Bereich Akupunktur, wenn der von der Verbindung der Schweizerischen Ärztinnen und Ärzte (FMH) anerkannte Arzt oder die Ärztin «über eine Weiterbildung verfügt, die dem Fähigkeitsprogramm Akupunktur – Chinesische Arzneitherapie – TCM (ASA) des Schweizerischen Instituts für Weiter- und Fortbildung (SIWF) vom 1. Juli 2015 entspricht». Leistungen, die von nicht ärztlichen Therapeuten und Therapeutinnen erbracht werden, fallen in den Bereich der Zusatzversicherungen. Deren Deckung ist vom jeweiligen Versicherer abhängig. Es ist ratsam, dies vor einer Behandlung abzuklären. In der Regel sind Akupunktur-Therapeuten in der Schweiz gut ausgebildet. Als Faustregel gilt, dass Akupunktur-Therapeuten auch über ein fundiertes schulmedizinisches Grundwissen verfügen sollten. Es existieren verschiedene Fachverbände, deren Websites qualitativ gute Akupunktur-Therapeuten vermitteln, darunter die Naturärzte Vereinigung Schweiz (www.nvs.swiss) und der TCM-Fachverband Schweiz (tcm-fachverband.ch). Erik Brühlmann

Anzeige