

# AKUPUNKTUR

## Ursprung:

Steinnadeln sind Zeugen eines weit zurückliegenden Ursprungs der Akupunktur. Später, während der Eisen- und Bronzezeit, wurden die Nadel aus Metall gefertigt und somit auch die Techniken verfeinert. Die Wurzeln liegen in China, später hielt diese Methode auch im Westen Einzug, wo sie sich heute besonderer Beliebtheit erfreut.

## Definition:

Bei der Akupunktur werden feine Metallnadeln an bestimmten Stellen in die Haut eingeführt. Das Ziel ist es, an den richtigen Punkten eine Art „Reiz“ zu setzen und somit die blockierte Energie (Qi) in den Leitbahnen wieder ins Fließen zu bringen.

Gibt es nach der Diagnose ein „Zuviel“ von Qi im Körper, kann mit dem Stich Energie abgelassen/weggenommen werden (sedieren).

Hat es dagegen eine Qi-Leere im Körper, kann das Qi an diesen Punkten „tonisiert“ werden.

## Anwendung:

Das Setzen der Nadeln erfordert immer eine Fachperson.

Die Punkte werden nach verschiedenen Theorien und bestimmten Kriterien ausgewählt. Die Nadeln werden „nicht einfach so“ gestochen, die Therapie wird mittels gezielter Techniken beeinflusst.

Dem Klienten kann jedoch ein einfaches und günstiges Mittel auf den Weg gegeben werden. Die Akupressur. Der Therapeut zeigt, wie die gewählten Punkte gefunden werden, der Patient kann sich mehrmals täglich eine kleine Massage eben dieser Punkte gönnen.

## Indikation:

Besonders bewährt hat sich die Anwendung der Akupunktur bei chronischen Erkrankungen und bei Schmerzen akuter und chronischer Art.

Einige Beispiel für Einsatzgebiete mit gutem Erfolg:

- HNO-Erkrankungen
- Magen-Darmbeschwerden
- Allergien
- Herz-Kreislauserkrankungen
- Schwäche der Lungen wie Asthma
- Psychische und psychosomatische Erkrankungen, stressbedingte Störungen
- Neurologische Erkrankungen wie beispielsweise Kopfschmerzen, Verspannungen
- Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates
- Gynäkologische Erkrankungen