

Manuelle Medizin

Chirotherapie | Manuelle Therapie
Zeitschrift der Deutschen Gesellschaft für Manuelle Medizin

Elektronischer Sonderdruck für

A. Meng

Ein Service von Springer Medizin

Manuelle Medizin 2013 · 51:13–16 · DOI 10.1007/s00337-012-0996-2

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2013

zur nichtkommerziellen Nutzung auf der
privaten Homepage und Institutssite des Autors

A. Meng

Akupunktur und die Wirbelsäule der Frau

Akupunktur und die Wirbelsäule der Frau

Der Wirbelsäulenschmerz der Frau ist eine gute Indikation für Akupunktur. Die Zuweisungsdiagnose lautet meist: Spondylarthrose der Wirbelsäule, Facettengelenksyndrom oder Facettenschmerz, Lumbalgie in der Menopause, Osteoporose, Vertebrostenose, Fibromyalgiesyndrom, Lumbalgie bei der Schwangerschaft oder auch Gelenkschmerzen im Rahmen rheumatischer Erkrankungen, evtl. auch als Begleiterscheinung.

Laut Bischko [1] kommt eine Akupunktur nur dann infrage,

- wenn keine organpathologischen Veränderungen vorliegen, für die eine Kausaltherapie möglich wäre,
- wenn die Anwendung klassischer Therapieverfahren kontraindiziert ist,
- wenn die konventionelle Therapie Schädigungen auslösen könnte oder
- wenn ein übermäßiger Medikamentenverbrauch eingeschränkt werden soll.

Die Akupunktur lindert Schmerzen, verbessert die Durchblutung, den Muskeltonus, die vegetativen Funktionen und wirkt auch psychisch harmonisierend.

Allgemein wird die Wirksamkeit der sog. Trockennadelung zugeschrieben. Tiltscher verwendet diesen Begriff für die Akupunktur im Gegensatz zur therapeutischen Lokalanästhesie (TLA), bei der an den Punkten ein Lokalanästhetikum injiziert wird. Aber auch die Phänomene der Spontanheilung sowie eine Besserung im Rahmen des natürlichen Heilungsprozesses gehören zu den möglichen Wirkmechanismen. Unbestritten sind hier die ärztliche Zuwendung und der Effekt des Placebos von Bedeutung.

Immer wird die Akupunktur auch als eine symptomatische Therapie eingesetzt, vor allem bei vegetativen Beschwer-

den, wie z. B. kalten Händen und Füßen, bei Magenbeschwerden, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Migräne, Burn-out und bei Depression.

Die traditionelle chinesische Medizin (TCM) legt großen Wert auf die Individualität des Menschen. Besonderen Stellenwert haben die unterschiedlichen Konstitutionstypen, das Geschlecht, der Lebensabschnitt, die Jahreszeiten usw. Bei der Frau im Speziellen müssen auch der Monatszyklus, die Schwangerschaft, die Zeit der Kindererziehung und der Menopause sowie zusätzlich die Mehrfachbelastung Haushalt, Beruf und Familie berücksichtigt werden. Deshalb werden unterschiedliche Behandlungsmodalitäten und -zugänge verlangt. Die biologische Besonderheit des Körperbaus und die Änderungen im Hormonhaushalt im Laufe des Lebens unterscheiden sich deutlich vom Mann.

➤ Diesen Unterschieden der Frau wird in der TCM ein ähnlicher Stellenwert wie in der modernen Medizin zugeschrieben.

Die TCM sieht den Lebensrhythmus der Frau in einem Takt von ca. 7 Jahren: Geschlechtsreife, gebärfähiges Alter, Menopause etc. Bei Männern beträgt der Abstand des biologischen Rhythmus ca. 8 Jahre. Von der Yin-Yang-Dynamik dominiert bei der Frau das Yin, d. h. die Ruhe, Zurückhaltung u. Ä. Hinsichtlich der Vitalstoffe stehen bei der Frau das Blut und das Organ Leber, beim Mann das Qi und die Niere im Vordergrund.

Gesund sind wir, wenn wir uns subjektiv, psychisch und sozial wohlfühlen und keine Symptome und/oder pathologischen Werte vorliegen, die als Abweichung

von einem physiologischen Gleichgewicht verstanden werden, d. h. wenn alle erhobenen Befunde im Normbereich liegen.

Abweichungen einer Regelgröße, einer Organfunktion oder einer Organstruktur müssen wir ernst nehmen und fachgerecht genau abklären und kontrollieren lassen. Wenn diese aber in einer sog. Grauzone liegen, dann können wir dies mit dem Begriff Subhealth (Wei bing) der TCM zuordnen. Eine rechtzeitige Stärkung der Kondition soll die Entstehung von Krankheit vermeiden können. In vielen Punkten hat Subhealth eine Parallele zur Prävention in der modernen Medizin.

Erkennen von Subhealth nach der TCM

Die Definition von Subhealth (SH) nach der TCM ist unscharf, der Übergang zur Krankheit fließend. Selbst in China ist die Definition von SH nicht einhellig. Wir denken an SH, wenn folgende Symptome ohne objektivierte Befunde vorliegen:

1. *Somatoforme Symptome* von SH: Im Vordergrund stehen ein quälendes Erschöpfungsgefühl, Müdigkeit nach geringer körperlicher Anstrengung, Schlafstörungen oder chronische Muskelschmerzen.
2. *Psychische Symptome* von SH: Lustlosigkeit, Vitalitätsverlust, Dysthymie (geringfügigere depressive Symptome, innere Unruhe), Reizbarkeit, Ängste, kurzfristige Gedächtnisschwäche, Konzentrationsschwäche etc.
3. *Soziales Verhalten* von SH: Reduzieren der Kontaktfähigkeit, der sozia-

Dieser Beitrag basiert auf einem Vortrag im Rahmen des Kongresses „Die Wirbelsäule der Frau“ 2012 in Pörschach.

len Kontakte und der sozialen Kompetenz bzw. die Kontakte stehen unter Spannungen.

Diese Symptome können einzeln auftreten oder auch gemischt vorkommen.

In der modernen Medizin finden sich SH-ähnliche Symptome wie funktionelle Störung, Neurasthenie, Burn-out-Syndrom, POF („post operative fatigue“, deutliche Verzögerung der Rekonvaleszenz nach operativen Eingriffen), Fibromyalgiesyndrom, Colon irritabile etc.

Der SH-Zustand wird in der TCM in 3 Schweregrade eingeteilt.

Schweregrad 1 – Disharmonie. Verstanden wird hierunter Disharmonie zwischen Yin und Yang, zwischen Vitalenergie/Qi und Blut/Xue und zwischen den Organfunktionen (Zang, Fu) untereinander. Es liegt mehr Müdigkeit als gewöhnlich vor. Der Patient klagt über Nervosität, Vergesslichkeit, unklare Gedanken; er kann nicht locker lassen. Weitere Symptome sind Kopfschmerzen, Muskelverspannungen und Krämpfe, lokale Sensibilitätsstörungen, auch plötzliche Appetitzunahme, Verdauungsstörung, Verlangen nach Süßigkeiten und stark Gesalzenem. Die Patienten husten und niesen, sie entwickeln ein feuchtes Hitzegefühl oder Frösteln. Depression, Niedergeschlagenheit, vermehrte Missgeschicke im Alltag kommen ebenfalls vor, oft auch eine abnorme Gewichtszunahme.

Schweregrad 2 – „Anhäufung“ von sog. Ballast im Körper. Nach der Schulmedizin liegen hier endokrine Störungen vor. Zeichen dafür sind: abnorm riechende Atemluft bzw. Körpergeruch, bitterer Mundgeschmack und Mundtrockenheit, Schwellung der Nasenschleimhaut, häufiges Niesen, Husten, Neigung zur Verköhlung, Dyspnoe, trockene bzw. fettige Haut, Neigung zur Urtikaria, ferner Adipositas, Hypercholesterinämie, Hyperurikämie und Hyperglykämie. Auch Symptome wie starkes Hitzegefühl im Körper, Schwitzen ohne Grund, feuchte Hände und Füße, Schluckauf, Meteorismus, Obstipation, Diarrhöe und Brechreiz, Dysmenorrhö, abnormer Ausfluss bei Frauen und rezidivierende Entzündungen (Blase, Bronchien etc.) gehören in diese Kategorie. Wenn morpholo-

gische bzw. pathologische Befunde vorliegen, kann die Akupunktur nur als komplementäre Heilmethode eingesetzt werden.

Schweregrad 3 – gravierende bzw. organische Symptome. Symptome dieser Kategorie sind: rezidivierende Kopf-, Gelenk- und Muskelschmerzen, schmerzhafteste Steifigkeit der Wirbelsäule, chronische Rückenschmerzen; Pollakisurie, Oligurie, Brennen bei Miktion, Ödeme an den Extremitäten; schwere Depression, Ängste, Unbeherrschtheit des Gemüts, Zorn, Agitiertheit, arterielle Hypertonie, Schlafstörung sowie labile arterielle Hypertonie. Da hier schon morphologische bzw. pathologische Befunde vorliegen, darf die Akupunktur nur als komplementäres Heilverfahren eingesetzt werden.

Empfehlungen der TCM bei Vorliegen von Subhealth

Eine frühzeitige Beseitigung von Befindlichkeitsstörungen verhindert die Entstehung von Krankheiten. Das entspricht in westlichen Ländern der Vorsorgemedizin.

Wenn bereits eine Erkrankung vorliegt, müsste man u. U. dem nächsten Stadium der Erkrankung vorbeugend entgegenwirken. Wenn die emotionale Störung im Sinne von Zorn, Depression etc. vorherrscht, dann denkt die TCM an das Organ Leber und behandelt dieses, zusätzlich aber auch präventiv die Organe Milz/Pankreas und das Organ Herz. Hier kommt die sog. 5-Elemente-Lehre zur Anwendung.

Wenn die Patientin eine Krankheit überstanden hat, muss ihre Konstitution gekräftigt werden, meist über die Verdauungsorgane und die Niere, zusätzlich werden die Emotionen über das Herz gestärkt.

Eine wichtige Maßnahme für die Gesundheit im Leben ist nach TCM-Konzepten, Körper, Geist und Umwelt im Gleichgewicht zu halten. Diese bilden eine dynamische Einheit.

» Körper, Geist und Psyche bilden eine Einheit

Eine wichtige Rolle spielt dabei die Beachtung des Biorhythmus des Tages, des Jahres etc. (z. B. früh aufstehen, regelmäßig vor Mitternacht schlafen gehen, sich ausgewogen ernähren, ausreichende Be-

wegung im Alltag u. a.). Im Sommer wird das Yang gepflegt, im Winter das Yin. Mit Qigong und Taijiquan werden die Psyche, die Atmung und der Körper trainiert. Die gezielte Akupunktur und die passenden TCM-Pharmaka kräftigen den Körper und beseitigen Störungen schon im subklinischen Stadium. Die Mäßigung in Sexualität, Begierde, Ehrgeiz und Reizüberflutung sowie eine ethische Lebensführung stärken die Lebenskerze (Niere) und die Psyche (Herz).

Der biologische Mechanismus der psychosomatischen Störungen ist gut am Beispiel der posttraumatischen Belastungsstörung („posttraumatic stress disorder“, PTSD) erkennbar.

Chronische Schmerzzustände mit Somatisierung können die Folge einer Dysregulation auf Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Ebene und des damit einhergehendem Mangels an Cortisol sein. Die Niere hat in der TCM etwa die Aufgabe eines Feedbacksystems, der Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse.

Einige praktische Hinweise für Akupunktur

Beispiel 1: Fibromyalgie

Das Fibromyalgiesyndrom ist eine vor allem bei Frauen im mittleren Lebensalter vorkommende, nichtentzündliche, chronische Schmerzkrankheit des Bewegungssystems. Charakteristisch sind anhaltende Schmerzen am ganzen Körper über mindestens 3 Monate, mindestens 11 von 18 definierten Punkten sind übermäßig schmerzhaft. Begleitsymptome sind Erschöpfung, Morgensteifigkeit und Schwellungsgefühl in Gelenknähe, Schlafstörungen, Gefühlsstörungen bis hin zum Restless-Legs-Syndrom, Reizdarm, Reizmagen, Reizblase, Kälteempfindlichkeit, Raynaud-Finger, Kopfschmerzen, Schwindel, vegetatives Schwitzen und nervöse Herzbeschwerden.

Hauptpunkte der Akupunktur: Ashi-Punkte sind lokale spontan bzw. druckschmerzhaft Punkte; paravertebrale Punkte, LG/Du 20, LG/Du 16, Bl 18, KS/Pe 6, Di 4, MP/Mi 6, Le 3.

Zusatzpunkte: bei Schlafstörungen: zusätzlich PdM (EX-HN 3), die „vier klugen

Götter“ (EX-HN 1), Gb 20; bei depressiver Verstimmung: zusätzlich Gb 20, He 7, Mal 36; bei Schwindel: Gb 20, Gb 8, 3E 5.

Beispiel 2: Restless-Legs-Syndrom

Dieses Syndrom ist gekennzeichnet durch Ziehen, Spannen, Kribbeln sowie krampfartige unangenehme Schmerzen der Beine meist in der Nacht bzw. am Abend. Bewegungen und Gehen bringen Linderung.

Hauptpunkte: Gb 31, LG/Du 20, EX-HN 1, die „vier klugen Götter“, Gb 20, He 7, MP/Mi 10, Ma 36, Gb 34, Bl 40, Bl 56, Le 2, KS/Pe 6.

Zusatzpunkte: bei Schlafstörungen: zusätzlich PdM (EX-HN 3), die „vier klugen Götter“ (EX-HN 1), Gb 20; bei Problemen mit Verdauung, zusätzlich KG/Ren 12, Mal 21, Mal 25; bei Syndrom der Qi/Blut-Stagnation bzw. lokaler Blockierung durch Kälte, Feuchtigkeit: zusätzlich Ashi-Punkte an den Beinen; bei Syndrom der Leere in Leber und Nieren: Bl 23, LG/Du 4 und Moxibustion.

Beispiel 3: Depression

Die Elektrostimulation der Punkte LG/Du 20 und PdM zeigt bei Depression ein rasches Ansprechen, eine Besserung der somatischen Symptome und eine Reduktion der Nebenwirkungen von Antidepressiva (SSRI) gegenüber der Vergleichsgruppe, in der nur SSRI verwendet wurden [3].

Gruppe A – Akupunktur und Antidepressiva SSRI

Hauptpunkte: LG/Du 24, LG/Du 20, LG/Du 14, LG/Du 11 Shendao, LG/Du 9 Zhiyang.

Zusatzpunkte: bei Herz/Milz-Schwäche: Bl 15, Ma 36, bei Leber/Nieren/Yin-Schwäche: Ni 3, Bl 18. Bei Herz/Gallenblasen/Qi-Schwäche: Bl 19, He 7.

Gruppe B – Akupunktur mit Elektrostimulation und SSRI

Punkteauswahl wie bei Gruppe A. Zwei Punktepaare werden mit dem Elektrostimulator HANS®-100A (2 Hz/15 Hz Wechselimpulse) elektrisch stimuliert. Paar A: LG/Du 20 + PdM, Paar B: Gb 20 links + Gb 20 rechts.

Beispiel 4: Lumboischialgie

In der TCM wird dieses Krankheitsbild mit folgenden *Hauptpunkten* behandelt: Bl 23, Bl 25, Bl 26, Bl 39, Bl 31–Bl 34, Gb 30, Bl 36, LG/Du 20.

Zusätzlich sieht die TCM eine Beziehung zwischen Knochen (z. B. Osteoporose, Arthrose) und Niere, zwischen Muskulatur (z. B. Ernährungszustand) und Milz/Pankreas, zwischen Bewegungsstörung (z. B. Muskelverspannung, Zittern) und Leber sowie zwischen Haut (z. B. Zoster-Neuralgie) und Lunge. Das bedeutet wir berücksichtigen diese Strukturen in dem Programm.

Beispiel 5: Kreuzschmerzen

Bei Kreuzschmerzen sind oft EX-UE 7 und Yaotongdian sehr effektiv. Dabei handelt es sich um je 2 Punkte auf dem Handrücken: zwischen den Ossa metacarpalia II und III sowie IV und V, in der Mitte zwischen der queren Handgelenkfurche und dem Metakarpophalangealgelenk. Bei akuter Lumbalgie: evtl. zusätzlich Bl 23, Bl 40 und Mobilisierung.

Diskussion

Die individuelle Modalitätenzuordnung der Schmerzen bringt in vielen Fällen überraschende Wendungen im Verlauf von chronischen Beschwerden. Eine Ischialgie kann meist klinisch relativ einfach dem Meridian Blase zugeordnet werden, evtl. noch der Modalität Kälte, Feuchtigkeit. Wenn es um Substitution geht, ist häufig an stofflichen Ersatz (z. B. chinesische Akupunktur, Diät) zu denken. Hier wirkt die regulierende Therapie mit den Nadeln unzureichend. Daher wurde eine vereinfachte Form der TCM-Differenzialdiagnose in der Dreier-Regel etabliert:

Der unterschiedliche Zugang von TCM und Schulmedizin zu Diagnostik und Therapie erweitert das ärztliche Handeln. Die nichtapparative und nichtinvasive Untersuchung der TCM erlaubt einen Funktionsstatus ohne exakte Zuordnung zu einem morphologischen Substrat. Um dem Therapeuten die Frage nach den am besten geeigneten Akupunkturpunkten zu erleichtern, wurde die „Dreier-Regel der Wiener Schule“ entwickelt. Die ers-

Manuelle Medizin 2013 · 51:13–16

DOI 10.1007/s00337-012-0996-2

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2013

A. Meng

Akupunktur und die Wirbelsäule der Frau

Zusammenfassung

Betrachtet man die Geschichte der Österreichischen Gesellschaft für Akupunktur der letzten 60 Jahre, fällt auf, dass viele Indikationen der westlichen Kultur diese deutlich positiv beeinflusst haben. Zu diesen Indikationen gehören: 1) reversible funktionelle Störungen, 2) Störungen des Bewegungsapparats, 3) Rehabilitation, 4) Schmerzen, 5) Psychosomatik, 6) Prävention und 7) Gendermedizin. Die Wirbelsäule der Frau gehört zu diesem Indikationsspektrum der Akupunktur und bietet die Möglichkeit, dieses in der Praxis anzuwenden.

Schlüsselwörter

Traditionelle chinesische Medizin · Komplementärmedizin · Muskuloskeletales System · Wirbelsäule · Schmerzen

Acupuncture and the female spine

Abstract

If one looks at the last 60 years of the Austrian Acupuncture Society many indications from the western culture have had a positive impact on its history, especially the following: (1) reversible functional disorders, (2) dysfunctions of the musculoskeletal system, (3) rehabilitation, (4) pain, (5) psychosomatic, (6) prevention/subhealing and (7) gender medicine. The female spine includes this indication spectrum for acupuncture and offers the possibility to apply it in practice.

Keywords

Traditional Chinese medicine · Complementary therapies · Musculoskeletal system · Spinal column · Pain

ten beiden Fragen beziehen sich auf den Ort der Erkrankung: „Welcher Meridian bzw. welches Organ ist betroffen“. Die dritte Frage berücksichtigt die sog. Modalitäten, die einerseits Zuordnungen zu „Funktionskreisen“ erlauben, andererseits den Akupunktur bis hin zur chinesischen Syndromenlehre führen können.

Wenn beispielsweise Depression Teil des Krankheitsbilds ist, ordnet der TCM-Arzt dies den beiden Organen Herz/Xin und Leber/Gan zu. Ein Syndrom der Dys-

funktion der Vitalenergie/Qi, kann im Sinne einer Blockade oder eines Mangelzustands vorkommen. Dann verwenden wir ein Programm für das sog. Qi-Syndrom. Auch Blutstau und Verdauungsstörungen können das Schmerzbild mitbestimmen.

Fazit

- Die Akupunktur ist eine relativ leicht zu erlernende Technik.
- Das sich dahinter verbergende Gesamtkonzept der TCM ist sehr komplex. Es enthält viele gute Anregungen und Ansätze auch für die Therapie der Wirbelsäule der Frau.

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. A. Meng
 Ordination
 Frauenfelderstr. 8/1,
 1170 Wien
 Österreich
 alexander@meng.at

Interessenkonflikt. Der korrespondierende Autor gibt an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Literatur

1. Bischko J (1975) Einführung in die Akupunktur. Haug, Heidelberg
2. Meng A (2011) TCM in Prävention und Therapie, Theorie und Praxis“. Maudrich, Wien
3. Meng A, Bijak M, Stockenhuber D (2010) Basis-handbuch der Akupunktur. Schritt für Schritt zur Therapie. Maudrich, Wien

61. Jahrestagung der Vereinigung Süddeutscher Orthopäden und Unfallchirurgen

Baden-Baden 01.–05.05.2013

Unter der Leitung des diesjährigen Kongresspräsidenten Dr. med. Hermann Locher steht die Jahrestagung unter dem Motto: „Heute war gestern noch morgen“. Dieses soll auf die zunehmende Geschwindigkeit der Veränderungen in dem Fach Orthopädie und Unfallchirurgie aber auch auf den unaufhaltsamen Wandel, der sich in der Welt und im persönlichen Umfeld vollzieht, hinweisen. Der traditionsreiche Kongress möchte mit etwa 400 Programmpunkten und hochkarätigen Referenten nicht nur die niedergelassenen Orthopäden und Unfallchirurgen ansprechen, sondern auch die in den Kliniken tätigen Ärzte sowohl in der Weiterbildung als auch im Facharztstatus.

Förderung des Nachwuchses

Der Kongress soll auch in Zukunft eine anerkannte Plattform für den kontinuierlichen fachlichen Austausch und zur Fort- und Weiterbildungen bilden. Mit einem speziellen Assistentenprogramm wird der Förderung des orthopädischen und unfallchirurgischen Nachwuchses ein hoher Stellenwert bemessen. Die gesamte Breite des Faches wird in wissenschaftlich hoher Qualität und Praxisnähe für alle Berufsgruppen der Orthopädie und Unfallchirurgie abgebildet. Das Highlight bildet dabei das Op-Training: Ausgewählte Instruktoren und erfahrene Operateure begleiten Kleingruppen und führen die Assistenten an die verschiedenen Operationstechniken heran.

Jungwissenschaftlern wird auch Raum für die erste Präsentation ihrer wissenschaftlichen Arbeit gegeben. Aus den Vortragenden werden die Preisträger für die VSOU-Nachwuchsförderpreise ermittelt.

Innovationen in der Orthopädie und Unfallchirurgie

Ein Schwerpunkt auf dem diesjährigen Kongress sind Neuerungen und Innovationen in der Orthopädie und Unfallchirurgie. Hierfür soll ein breiter Raum entstehen, insbesondere für Neuerungen in der Endoprothetik, minimalinvasive Operationstechniken, Diagnose und Therapie rheumatischer Erkrankungen und die Standardisierung der konservativen Therapien bei funktionellen Störungen. Aber auch für berufspolitische Themen wird ausreichend Raum gelassen. Das Spannungsfeld zwischen ärztlicher Freiberuflichkeit, Forschung, Politik, Wirtschaft und Sozialgefüge stellt für die Ärzte eine große Herausforderung dar. Kongresspräsident Dr. Locher sieht „jede Menge Motive, beim Kongress dabei zu sein!“

Organisation und Kongressleitung: Geschäftsstelle der Vereinigung Süddeutscher Orthopäden und Unfallchirurgen e.V.

Maria-Viktoria-Straße 9
D-76530 Baden-Baden
Tel.: +49 (0) 72 21 / 2 96 83
info@vsou.de
www.vsou.de