

Ein bisschen «nädeln» oder was?

Zu Akupunktur & Co. gibt es viele Zweifel und noch mehr Vorurteile. Die landläufigsten legen wir einer Therapeutin vor.

VON HANS GRABER

Akupunktur – das ist einfach ein bisschen Nadelnstecken.

Katarzyna Kuhn Hämmerli*: Das ist dasselbe, wie wenn man sagen würde, Schulmedizin sei ein bisschen Pillenschlucken. Jeder Arzt weiss aber, dass es drauf ankommt, die richtige Pille zum richtigen Zeitpunkt in der richtigen Menge dem richtigen Patienten abzuge-



«Schwere Erkrankungen behandeln wir mit TCM nur begleitend.»

KATARZYNA KUHN HÄMMERLI

ben. Und ähnlich ist es mit der Akupunktur. Für jedes Symptom gibt es verschiedene Ursachenmuster, und darauf müssen wir eingehen.

Eine im Januar veröffentlichte deutsche Studie hat gezeigt, dass Akupunktur zwar durchaus nützlich sein kann, dass es allerdings egal ist, wohin die Nadeln gesteckt werden.

Kuhn: Sie sprechen diese Gerac-Studien an, die bislang weltweit am breitesten angelegte Studie, welche Akupunktur und Schulmedizin verglichen hat. In drei Gruppen haben je 1000 Personen mit Rücken- und Knieschmerzen teilgenommen. Die erste Gruppe wurde schulmedizinisch mit Schmerzmitteln und Physiotherapie behandelt, die zweite mit Akupunktur, die dritte ebenfalls mit Akupunktur, aber an verschobenen Punkten, also eine Placebo-Behandlung. Das Ergebnis: Bei 47,6 Prozent jener, die mit Akupunktur behandelt wurden, trat eine Besserung ein. Bei der Placebo-Gruppe waren es 44,2 Prozent, bei der schulmedizinischen Behandlung waren es nur 27,4 Prozent. Das spricht doch schon mal für die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Es widerlegt aber die oben genannte These nicht.

Kuhn: Zunächst zum Placebo-Effekt. Der war für uns nicht überraschend, denn allein durch das Stechen werden Endorphine ausgelöst, die schmerzlindernd wirken sowie Stoffwechsel und Immunsystem anregen. Hinzu kommen Zuwendung und Anteilnahme, die auch ihre Wirkung haben. Wenn eine Mutter ihr schreiendes Kind mit liebevollen Worten tröstet, weil es Schmerzen hat, sagt auch niemand, es sei sinnlos, weil das ja nur ein Placebo sei. Dass der Unterschied zwischen Akupunktur und Placebo so gering war, hat damit zu tun, dass bei der Akupunktur-Gruppe eine minimale Standardtherapie angewendet wurde: Bei allen Testpersonen wurden die gleichen fünf Punkte gestochen, obwohl deren Symptome unterschiedlich waren, und entsprechend hätte auch die Akupunktur individueller eingesetzt werden müssen.

Akupunktur ist zwar bei uns der bekannteste, aber nicht der wichtigste Bestandteil der TCM.

Kuhn: Das kann man so sehen. In China macht Akupunktur nur zirka 15 Prozent von den fünf TCM-Disziplinen aus. Die weiteren sind Arzneimittelthe-



Gewusst wie und gewusst wo: Eine Patientin von Katarzyna Kuhn während der Akupunktur-Behandlung. Oder spielt es gar keine Rolle, wohin die Nadeln gesteckt werden?

BILDER FABIENNE ARNET

rapie, Ernährungslehre, Tuina (Massage) und Qigong (Körperübungen).

Wann immer eine Heilmethode verspricht, sie eigne sich für alle Krankheiten, ist schon mal Vorsicht angebracht.

Kuhn: Dem stimme ich zu. Ehrlichkeit und Bescheidenheit zeugen immer von einem guten Stil, gerade bei Therapeuten. Allerdings darf man darauf hinweisen, dass TCM auf einem riesigen Erfahrungsschatz basiert. In ihrer über 3000-jährigen Geschichte war sie in China nicht eine von vielen, sondern die offizielle Medizin und musste Strategien gegen alle Erkrankungen entwickeln.

Bei schwer wiegenden Krankheiten wie Krebs oder Schlaganfall sollte man keine Akupunktur anwenden.

Kuhn: Die TCM ist ein riesiges Gebiet, es gibt Schulen verschiedener Richtungen, das ist längst nicht alles so einheitlich, wie es im Westen scheint. TCM kommt in China auch zur Behandlung von Krebs zum Einsatz, in Europa dagegen sind wir vorsichtiger. Schwere Erkrankungen behandeln wir nur begleitend, und ich würde niemals behaupten, man könne zum Beispiel mit Akupunktur Krebs heilen. Bei unsachgemässer Anwendung könnte es sogar nachteilige Effekte geben. Dagegen können mit TCM nach einem Schlaganfall sehr gute Ergebnisse erzielt werden.

TCM ist keine Alternative, höchstens eine Ergänzung zur Schulmedizin.

Kuhn: Sowohl als auch. Bei akuten und/oder schweren Erkrankungen geht es bei uns sicher nicht ohne Schulmedizin, TCM ist aber als ergänzende und stärkende Therapie durchaus nützlich. Bei chronischen Erkrankungen und zur Prophylaxe kann TCM hingegen sehr wohl die Alternative sein.

Wenn überhaupt, sollte TCM von Chinesinnen und Chinesen ausgeübt werden, Westler lernen das nie.

Kuhn: Ich gebe zu, dass mir mein Studium von asiatischer Kunstgeschichte und chinesischer Philologie den Zugang zu TCM erleichtert hat. Aber ich kenne viele Kolleginnen und Kollegen, die auch ohne diesen Hintergrund hervorragende TCM-Therapeuten geworden sind. Natürlich, Chinesen wachsen mit einer Kultur auf, die sich Leute aus dem Westen erst einmal aneignen müssen. Andererseits ist unser Vorteil, dass wir Wesen und Ansprüche unserer westlichen Patienten besser kennen, denn da gibt es sehr wohl Unterschiede zu China.

Wer ein paar TCM-Kürsli belegt hat, darf bereits Patienten behandeln.

Kuhn: Das war vielleicht am Anfang so. Um heute als TCM-Naturheilpraktiker tätig zu sein, ist eine mehrjährige solide Ausbildung nötig, mit bis zu 2000 Stunden pro Methode, wie an Berufshochschulen.

TCM ist in Verruf geraten, weil einzelne Heilmittel mit grauenhafter Tierquälerei verbunden sind.

Kuhn: Dem kann ich leider nicht widersprechen. Ich finde es auch schrecklich, dass in China einzelne alte TCM-Heilmittel mit Tierquälerei verbunden sind. Man könnte zwar anfügen, dass westliche Medikamente auch nicht immer über alle Zweifel erhaben sind, aber ich will gar nicht in diese Richtung argumentieren, denn das entschuldigt nichts. Ich bin aber froh, dass bei uns das Schweizerische Heilmittelinstitut Swissmedic streng über die Zulassung chinesischer Heilmittel wacht.

Nicht mal die heutigen Chinesen vertrauen auf TCM.

Kuhn: Der Dalai Lama wurde mal gefragt, was er von den Amerikanern halte. Er hat geantwortet, den Amerikaner kenne er nicht. Genau so verhält es sich mit den Chinesen – sie sind verschieden. TCM erfreut sich in China weiterhin grosser Beliebtheit, nur ist das so selbstverständlich, dass man nicht darüber spricht. Pikant: Ein Chinese verdient im Schnitt ein Drittel vom dem, was ein Schweizer für Krankenkassen ausgibt. Das Durchschnittsalter in China beträgt trotzdem 70 Jahre und in Taiwan 80. So schlecht kann also die chinesische Medizin nicht sein.

HINWEIS

► Katarzyna Kuhn Hämmerli ist Inhaberin von Aequilibris, der Naturheilpraxis für TCM & TEN an der Bodenhoferstr. 29 in Luzern, 041 250 50 39. ◀

Heute Samstag ist Tag der offenen TCM-Praxen

Zum dritten Mal findet heute Samstag der nationale Tag der Akupunktur und der Traditionellen Chinesischen Medizin statt: TCM-Therapeutinnen und -Therapeuten in der ganzen Schweiz öffnen ihre Praxen, zeigen ihre Methoden und gehen auf Fragen der Besucherinnen und Besucher ein. Einige halten kurze Vorträge oder machen kleine Ausstellungen. Veranstalterin ist die Schweizerische Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin (SBO-TCM). Sie will an diesem Tag unter anderem Berührungsängste abbauen, die Bekanntheit des Berufsverbandes stärken und darauf hinweisen, dass Therapeuten mit SBO-TCM-Abschluss qualifizierte Fachleute sind. Krankenkassen decken ihre Behandlungen über die Zusatzversicherungen.

HINWEIS

► Offene Praxen in der Zentralschweiz:

Aldorf: Duan Shaojun, Xundheit Praxis HMO, Flüelerstrasse 8

Arth: Beyerler-Planzer Luzia, Gotthardstrasse 47

Baar: Baumann Reto, Mühlegasse 36. Bleicher Jolanda, Zugerstrasse 70

Cham: MediQi (Andreas Klinik), Rigistrasse 1

Emmenbrücke: Haug Baumann Friederike, Erlenstrasse 2. Stirnimann Fridolin, Rüeggisingerstrasse 29.

Hellbühl: Feitknecht Raphael, Rösslimatt 1

Hochdorf: Lindenmann Margarita, MediShen-Zentrum, Hauptstrasse 9

Horw: Suter-Estermann Regula und Steffen Susanne, Schiltmatthalde 4

Küssnacht: Appert Pia Rosa, Bodenstrasse 27. Brunner-Erni Christina, Bärenmatte 1

Luzern, gemeinsame Veranstaltung von sechs Therapeutinnen im Vögeligärtli: Bucher-Rüegger Isabelle, Hänninen Anita, Meier Eveline, Müller Anita, Nassi-Storz Ruth, Wittwer Nancy.

Luzern, offene Praxen: ChinaMed Luzern (Tag der Akupunktur an der Luga, Halle 9, Stand 922). Etoh-Vogel Akiko, Tribschenstrasse 36. Gasser André, Hirschmattstrasse 6. Huwyler Daniel, Unter der Egg 6. Kamber Brigitt, Kasimir-Pfyffer-Str. 1. Kuhn Hämmerli Katarzyna, Bodenhoferstrasse 29. Limacher W. Limacher, Hirschmattstrasse 29. Rüttgers-Wittmer Susanne und Zumstein-Zeder Anouschka, Schwanenplatz 7. Sabanovic Fadila, «Qi-Point», Kasimir-Pfyffer-Strasse 1. Schreiber Birgitta, Hubelrain 27

Rotkreuz: Natazzi Gabriella, Sonnmatt 19

Sarnen: Degelo Gabriela und Müller Regula, Grundacherweg 15

Schwarzenberg: Köllnberger Erich, Schwandenstrasse 26

Schwyz: Müller Dominika, Postplatz 6

Steinen: Kaufmann Karin, Mythenweg 8

Stans: Amstad Eduard, Acherweg 5. Budmiger Krähenbühl Regula (Orsana), Rathausplatz 3

Sursee: Glauser Hans-Peter, Centralstrasse 28. Haas Irène, Centralstrasse 14b. Rötheli-Theiler Daniela, Bahnhofstrasse 18.

Schär-Bienz Yvonne, Birkenweg 3

Wolhusen: Muff Denise, Bahnhofstrasse 7

Unterägeri: Gisler Zbinden Hedy, an der Gewerbeausstellung

Zell: Wechsler Evelyne, Luzernstrasse 20

Die **Weltgesundheitsorganisation WHO** empfindet Akupunktur unter anderem bei folgenden **Inneren Krankheiten:** Anämie, Asthma bronchiale, Bronchitis, Bluthochdruck, Fettleibigkeit, Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen, Gicht, Hämorrhoiden, Krampfader. **Gynäkologie/Urologie:** Blasenentzündung, Sexual- und Fertilitätsstörungen, Schwangerschaft und Geburt. **Allergien/Haut:** Heuschnupfen, Asthma, Akne, Ekzeme, Psoriasis. **Magen/Darm:** Diarrhoe, Gastritis, Magengeschwüre, Colitus ulcerosa, Morbus Crohn. **Infekte mit chronischem Hintergrund:** Sinusitis, Rhinitis, Konjunktivitis, Erkältungskrankheiten. **Sonstige Krankheiten/Beschwerden:** Chronischer Alkoholmissbrauch, Drogenentzug, depressive Zustände, psychische Störungen, nervöse Erschöpfungszustände. ◀