



AKUPUNKTUR

1/2019

Auch online lesen unter www.akupunktur-patienten.de

Liebe Patientin, lieber Patient,

Akupunktur hat inzwischen einen festen Stellenwert in der Behandlung von Schmerzerkrankungen erlangt. Doch was wenigen Patientinnen bekannt ist: Im Fachgebiet der Frauenheilkunde und Geburtshilfe setzen Experten Akupunktur bei zahlreichen Störungen sehr erfolgreich ein. Schmerzhaft oder überstarke Regelblutungen und auch belastende Begleiterscheinungen der hormonellen Umstellungsphase wie Brustspannung, Kopfschmerz und Reizbarkeit gehören zu den Behandlungsindikationen. Darüber hinaus suchen viele Paare mit unerfülltem Kinderwunsch Hilfe beim Akupunkturarzt. Auch Beschwerden in der Schwangerschaft und Stillzeit sind dieser Behandlungsmethode zugänglich. Nicht zuletzt wird die Akupunktur auch in der Vorbereitung der Geburt und unter der Geburt von Ärzten und Hebammen eingesetzt.



Editorial / Impressum	S. 2
Regelstörung Experten empfehlen Akupunktur	S. 3
Zyklusstörungen und Menstruationsbeschwerden: die Kraft der Pflanzen nutzen	S. 5
Kinderwunsch Was tun, wenn die Regel ausbleibt?	S. 7
Vorschau	S. 8

**MIT FREUNDLICHER
EMPFEHLUNG ÜBERREICHT**

Akupunktur und Kräutermedizin bei Regelstörungen

In diesem Heft wollen wir der Frage nachgehen, was bei Regelstörungen und ihren Begleitbeschwerden aus Sicht der Akupunktur und der Kräutermedizin an Hilfen zur Verfügung steht. Wir wollen Frauen über die Möglichkeiten der alternativen Behandlung informieren.

Immer wieder kommt es vor, dass bei starker Regelblutung der einzige Ausweg in einer operativen Entfernung der Gebärmutter gesehen wird. Der Versuch, mit Hilfe der Akupunktur eine Regulierung der Blutung zu erzielen, sollte, wann immer es die weiteren Umstände zulassen, in Erwägung gezogen werden. Sicherlich könnte auf diese Weise vielen Frauen die Operation erspart bleiben. Aber auch eine ausbleibende Regel stellt für Frauen insbesondere bei Kinderwunsch ein schwerwiegendes Problem dar. Die physiologischen Funktionen des weiblichen Zyklus nach längerer Hormoneinnahme wiederherzustellen, ist ebenfalls mit Hilfe der Akupunktur möglich. Begleitbeschwerden der Mens sind ein weiteres Thema, dem sich dieses Heft widmet. Für viele Frauen sind die Begleitbeschwerden vor, während oder direkt nach der Regel so unerträglich, dass sie eine hormonelle Unterdrückung der Mens in Erwägung ziehen. Dabei sind diese hormonellen Eingriffe für die normale Körperfunktion

nicht unproblematisch. Daher ist auch in diesen Fällen den Frauen ein Therapieversuch mit Akupunktur ans Herz zu legen. Doch damit nicht genug, auch die Kräutermedizin kennt viele Hilfen für die Frau. Nicht zuletzt tragen Pflanzen wie der „Frauenmantel“ aus diesem Grunde ihren Namen. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe

Ihr Dr. Bernd Ramme



Dr. Bernd Ramme
1. Vorsitzender der DAA e.V.,
Waren

E-Mail: ramme@doktor-ramme.de

Wichtiger Hinweis:

Die Artikel in diesem Heft enthalten nur allgemeine Hinweise und dürfen nicht zur Selbstdiagnose oder -behandlung verwendet werden. Sie können einen Arztbesuch nicht ersetzen.

Die Patientenzeitschrift Akupunktur wird herausgegeben und verlegt von der Deutschen Akademie für Akupunktur | DAA e.V., München.

Verantwortlicher im Sinne des Presserechts (v.i.S.d.P.):

Dr. Bernd Ramme, 1. Vorsitzender der DAA e.V.

Redaktion, Bild und Text:

Deutsche Akademie für Akupunktur | DAA e.V.
Osserstraße 40, 81679 München

Produktion:

Schmidt Media Design, Plumserjochstraße 7, 81825 München
www.schmidtmedia.com

Erscheinungsweise: Quartalsweise

Copyright: Jeder Patient, jede Patientin kann für private Zwecke die Onlinezeitschrift unter www.akupunktur-patienten.de lesen, ausdrucken, herunterladen und auch vervielfältigen. Für gewerbliche Zwecke gelten die Bestimmungen des Urheberrechts, insbesondere ist die vorherige Zustimmung der Deutschen Akademie für Akupunktur | DAA e.V. notwendig.

Wichtiger Hinweis: Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann von der Deutschen Akademie für Akupunktur | DAA e.V. keine Gewähr übernommen werden. Jeder Benutzer ist angehalten, durch sorgfältige Prüfung der Beipackzettel der verwendeten Präparate und gegebenenfalls nach Konsultation eines Spezialisten festzustellen, ob die dort gegebene Empfehlung für Dosierungen oder die Beachtung von Kontraindikationen gegenüber der Angabe in dieser Zeitschrift abweicht. Eine solche Prüfung ist besonders wichtig bei selten verwendeten Präparaten oder solchen, die neu auf den Markt gebracht worden sind. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Autoren und Herausgeberin appellieren an jeden Benutzer, ihm etwa auffallende Ungenauigkeiten der Herausgeberin mitzuteilen.

Die Artikel in diesem Heft enthalten nur allgemeine Hinweise und dürfen nicht zur Selbstdiagnose oder -behandlung verwendet werden. Sie können einen Arztbesuch nicht ersetzen.

Regelstörung | Experten empfehlen Akupunktur

Bei Frauen ist das Blut nicht nur die Quelle ihrer Körperfunktionen, der die Regelblutung entspringt, sondern der Ursprung für Fruchtbarkeit, Empfängnis, Schwangerschaft und Niederkunft. Viele Patientinnen leiden bereits in jungen Jahren an Störungen des „normalen“ Regelablaufs (Menstruationszyklus) und an begleitenden Beschwerden vor, während oder nach der Regelblutung (siehe Kasten 1).

Regelstörungen & Begleitsymptome

Regelstörungen:

- Verkürzte Regel
- Verlängerte Regel
- Ausbleibende Regelblutung
- Zu starke Blutung
- Zu schwache Blutung
- Zu lange Blutung

Belastende Begleitsymptome:

- Bauchschmerzen, -krämpfe
- Stimmungsinstabilität
- Brustspannung
- Erschöpfung
- Kopfschmerz

Nach chinesischer Organlehre sind die einzelnen Abschnitte des weiblichen Zyklus von einer intakten Organfunktion von Niere, Herz, Milz-Pankreas und Leber abhängig. Dabei ist mit Organschwäche nicht eine bereits schulmedizinisch nachweisbare Organfunktionseinschränkung gemeint, sondern eine Störung der Yin-Yang-Energien und eine Störung des harmonischen Zusammenspiels der einzelnen Organfunktionen. In diesem Sinne ist für die erste Zyklushälfte die Funktion von Niere und Milz-Magen bedeutsam, während die zweite Zyklushälfte von Herz und Niere mit den Verbindungsgefäßen zur Gebärmutter intakt sein muss. Für den harmonischen Energiefluss ist außerdem die Leber verantwortlich. Ist die Leberfunktion gestört, kommt es oft zu Blutungsstörungen mit dunklen-klumpigen Blutungen und starken Kopfschmerzen, die in der Zeit drei Tage vor bis drei Tage nach Mens-Beginn auftreten. Ist hingegen die Funktion von Leber, Herz, Milz und Niere gestört, dann kann die Blutung sehr schwach ausfallen oder sogar komplett ausbleiben. Anhand der Auffälligkeiten der Regelblutung und dem Zeitpunkt des Auftretens von Begleiterkrankungen kann der erfahrene Akupunkturarzt die im Sinne der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) gestörten Organfunktionen er-



Abb. 1: Akupunktur kann die Lösung sein

kennen und individuell abgestimmte Behandlungskonzepte entwickeln.

Doch was ist normal?

Die chinesische Medizin fasst die Schwankungsbreite von Zyklusdauer und Dauer der Monatsblutung enger als die westliche Medizin (siehe Kasten 2). Dabei liegt in der TCM auch dann eine Störung vor, wenn die Zyklusdauer und die Blutungsdauer innerhalb der „Normalzeiten“ stark schwankt. Eine normale Regelblutung ist dunkelrot – zu Beginn heller, dann dunkler und zum Schluss rosafarben. Sie ist niemals klumpig oder dünnflüssig.

Was ist normal?

Menstruationszyklus	21 – 36 Tage (westl.)
	26 – 32 Tage (chin.)
Regelblutung/Mens	3 – 7 Tage (westl.)
	4 – 5 Tage (chin.)

Quelle: Giovanni Maciocia

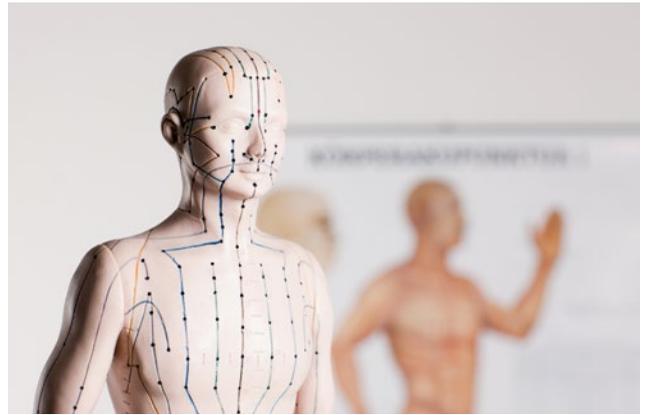
Wie lassen sich Regelstörungen vermeiden oder günstig beeinflussen?

Da der weibliche Zyklus ein sehr feines Zusammenspiel von Stoffwechsel-, Nerven- und Hormonsystem darstellt, kann über mehrere Säulen die Patientin ihren Zyklus beeinflussen. Dazu zählen Ernährung, natürliches Körperbewusstsein und emotionale Ausgeglichenheit sowie die Vermeidung langstreckig exzessiver Lebensweise. Eine ausgewogene



© :Africa Studio - stock.adobe.com

Abb. 2: Körperakupunktur



© : ???

Abb. 2: Meridiane und ihre Akupunkturpunkte

Ernährung ist die Basis für eine gesunde Körperfunktion. Jede extreme Ernährungsphilosophie birgt die Gefahr eines negativen Einflusses auf den Zyklus. Insbesondere das Weglassen von ganzen Nahrungsmittelgruppen (Fleisch, Milch, Getreide u. a.) kann sowohl zu unregelmäßigem Zyklus mit Begleitbeschwerden als auch zu einem Ausbleiben der Regel in jungen Jahren führen. Der Einsatz der „Verhütungspille“ erfolgt in unserer heutigen Gesellschaft schon zu einem sehr frühen Zeitpunkt. Dies ist in sofern bedenklich, als dass im Alter von 11 – 15 Jahren erst die Regelblutung einsetzt und oft zu Beginn noch unregelmäßig ist. Wenn in dieser Phase eine hormonelle Steuerung von außen kommt, ist der Körper nicht in der Lage, sein natürliches Zusammenspiel der an der Regel beteiligten Körperfunktionen zu festigen. Die Folge können auch hier nach Absetzen der Pille schwere Regelstörungen bis zum Ausbleiben der Regel sein. Auch emotionale Belastungen führen zu veränderter Zyklusdauer und zu Begleitbeschwerden bei der Regelblutung. Insbesondere Ärger und länger andauernde Überforderung kann die Funktion von Leber und Niere negativ beeinflussen und hat damit Auswirkungen auf den Zyklus und kann mit Brustspannung, Kopfschmerz und Bauchkrämpfen einhergehen.

Was kann die Akupunktur leisten?

Der Einsatz von Akupunktur bei Regelstörung ist vielfach durch wissenschaftliche Untersuchungen positiv belegt. Behandelt wird mit Hilfe von Gold- und Silber-Nadeln, die an bestimmten Stellen des Ohres (Ohrakupunktur) gestochen werden und auf die jeweiligen Organe, Nervengeflechte und Hormonsysteme Einfluss nehmen oder mit Stahlnadeln, die am Körper gestochen (Körperakupunktur) über das Qi der Meridiane die Funktion der Organe Niere, Herz, Milz und Leber verbessern. Eine Behandlung mit Akupunktur setzt allerdings voraus, dass eine Abklärung von schulmedizinisch behandlungsbedürftigen Störungen erfolgt ist. Im Regelfall werden am Ohr sechs bis acht Nadeln gesetzt und am Kör-

per acht bis zwölf Nadeln. Diese verbleiben etwa 20 Minuten im Körper. Wer Angst vor Nadeln hat, kann trotzdem mit dem Therapiesystem „Akupunktur“ behandelt werden. In diesen Fällen kommen spezielle Akupunkturlaser zum Einsatz, die völlig schmerzfrei den Akupunkturpunkt stimulieren. Dieses Verfahren ist vor allem zur Behandlung von Kindern entwickelt worden, ist aber auch bei der Nadelangst Erwachsener eine wertvolle Hilfe.

Eine Störung des Zyklus und der Monatsblutung gelten in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) als eine Schwäche der Yin-Energie. Diese Energieform ist wie der Treibstoff für einen Motor – ohne sie können die Körperfunktionen nicht optimal aufrechterhalten werden und es kommt zu einer Vielzahl von Symptomen. Eine Stärkung aller Yin-Energien von Niere, Leber, Herz, Milz und Lunge hilft den Behandlungserfolg der Akupunktur zu verstärken. Diese Methode heißt in Fachkreisen „Yin-Kreis-Stärkung“. Yin-Kreis bezeichnet dabei die Erkenntnis, dass sich die einzelnen oben genannten Organe in einer bestimmten Abfolge energetisch unterstützen so wie eine Mutter ihr Kind. Eine Möglichkeit ist die Gabe von Chinesischen Kräutern und eine andere die Gabe von Alpenen Kräutern. Die Verordnung von Chinesischen Kräutern verlangt vom Therapeuten jedoch eine spezielle Ausbildung und ist auch für den Patienten zeit- und kostenaufwendig. Hingegen ist die standardisierte Gabe Alpiner Kräuter in Kombination mit einer orthomolekularen Mischung aus Vitaminen und Spurenelementen wie beim Präparat Pentatonix durch die einfache Kapseleinnahme praktikabler und kostengünstig und kann von jedem Akupunkturarzt verordnet werden.

Dr. Bernd Ramme

Präsident der Deutschen Akademie für Akupunktur | DAA e. V.
Clara-Zetkin-Str. 21
17192 Waren

Zyklusstörungen und Menstruationsbeschwerden: die Kraft der Pflanzen nutzen

Die moderne Frau steht heute voll im Leben. Hohe Anforderungen an körperliche und seelische Leistungsfähigkeit, Doppel- und Dreifachbelastungen in Beruf und Familie und Stress im täglichen Leben gehören mittlerweile zum Alltag der Frau. Eine stressige Lebensweise kann allerdings eine Herausforderung für die Gesundheit der Frau und deren hormonelle Balance darstellen. Zyklusstörungen sind oft die Folge.

Der Menstruationszyklus aus der Sicht der TCM: das Spiel von Yin und Yang

Im Verlauf eines Monatszyklus wandeln sich Yin und Yang. Die Chinesen sprechen von Ebbe und Flut. Es ist die Kunst der Frau, dieses subtile Wechselspiel zu beachten und zu nutzen. So kann sie im Fluss ihrer eigenen Energie leben und die Kräfte ihres Hormonspiels wie ein „Gezeitenkraftwerk“ nutzen.

Die erste Zyklusphase vom Ende der letzten Menstruation bis zum Eisprung ist dem wachsenden Yin gewidmet. In dieser Phase entwickeln sich die Yin-Kräfte und die Frau ruht stabil in sich. In dieser ruhigen Phase richtet sich das Yin nach Innen. Störungen machen sich durch Mattigkeit, Lustlosigkeit und Traurigkeit bemerkbar. Bindegewebsschwäche, Schweregefühl, dicke Beine, kalte Füße und Ausfluss können auftreten. Diese Probleme resultieren zumeist aus zu viel Feuchtigkeit. Eine Stärkung der Erde und der Mitte ist hilfreich. Kalte und süße Speisen machen den Körper kalt und feucht. Gerade jetzt ist es wichtig, auf gesunde Speisen, geregelte Mahlzeiten und ausreichend Ruhe zu achten. In der zweiten Zyklusphase, der Zeit des Eisprungs, entsteht das junge Yang. Die Chinesen sagen, die heißen Dämpfe entstehen, damit sich die männliche und weibliche Essenz verschmelzen können und eine Befruchtung möglich werden kann. Das junge Yang setzt wie ein zündender Funke das voll entwickelte Yin in Aufruhr. Fehlt der zündende Funke des Yin, wächst das Yang nur zögerlich und der Eisprung kommt nicht zustande. Die Wärme im Unterleib fehlt und die weiblichen Geschlechtsorgane sind kalt. Lebenslust, Energie und sexuelle Lust sind schwach.

In der dritten Zyklusphase vom Eisprung bis zur Menstruation wächst das Yang kontinuierlich bis zur Menstruation an. Auch die Körpertemperatur, die Kraft und Energie, Lust und Aktivität nehmen zu. Kann diese Energie nicht genutzt werden, machen sich Gereiztheit, Übersensibilität, emotionale Unausgeglichenheit und körperliches Unwohlsein bemerkbar.

Die vierte Zyklusphase ist der Höhepunkt der Yang-Entfaltung. Die Chinesen sagen, das Meer des Blutes - die Essenz der Frau - kocht über und die Blutung beginnt. Da es niemals ein Yang ohne Yin gibt, beginnt in dieser Phase des extremen Yang bereits schon wieder die Entwicklung des jungen Yin. Gerade wenn das alte Yin geht und das Yang voll entfaltet ist, sollte die Frau sich stark fühlen. Sie ist jetzt besonders offen und sensibel für feine Wahrnehmungen. Leider erleben viele Frauen stattdessen Schmerzen, Krämpfe, Erschöpfung und Unwohlsein als Folge eines vorher schon blockierten Qi und eingedrungener Kälte.

Die Bedeutung von Pflanzen- und Mikronährstoffen für die Gesundheit der Frau

Traditionell war die Pflanzenheilkunde immer schon die Domäne der Frau. Heilpflanzen bieten sich sanft und mild zur Hormonregulation, Schmerzlinderung und Aufhellung der seelischen Befindlichkeit an. Unter Belastungssituationen gewinnt auch die ausreichende Versorgung mit Mikronährstoffen an Bedeutung, die der Körper braucht, um Energie zu erzeugen und zu erhalten, bzw. sich vor krankmachenden Schäden zu schützen.

Eine gezielte Versorgung mit den entsprechenden Mikronährstoffen hilft, die Stoffwechselprozesse der Frau optimal zu unterstützen, denn der Nährstoffbedarf von Frauen unterscheidet sich von Männern in vielerlei Hinsicht. Die physiologischen Prozesse der Frau, wie Menstruation, Schwangerschaft, Stillzeit und Wechseljahre erfordern eine spezielle Mikronährstoffversorgung. Richtig zusammengestellt unterstützen sie die optimale Funktion des weiblichen Immun-, Herz-Kreislauf- und Hormonsystems. Die Gabe von B-Vitaminen, Magnesium, Vitamin C, Zink und Vitamin D unterstützen wohltuend den weiblichen Hormonhaushalt. Auch die regelmäßige Einnahme der Pille beeinflusst nicht nur den weiblichen Hormonhaushalt, sondern zudem den natür-



Abb.: Schafgarbe (*Achillea millefolium*)

lichen Nährstoffhaushalt des Körpers. Der Bedarf an bestimmten Mikronährstoffen ist unter Pilleneinnahme erhöht. Sogar die Weltgesundheitsorganisation (WHO) weist daher darauf hin, dass es „während und nach der Einnahme hormoneller Verhütungsmittel zu einem Mangel an bestimmten Mikronährstoffen kommen kann“. Besonders betroffen sind Folsäure, Vitamin B2, B6, B12, Vitamin C sowie Magnesium und Zink. Frauen, die regelmäßig die Pille einnehmen, weisen daher ein erhöhtes Risiko eines Nährstoffmangels auf. Während der Einnahme der Pille sollten bestimmte Nährstoffe daher gezielt zugeführt werden, um einerseits den erhöhten Nährstoffbedarf zu decken und andererseits pillenassoziierten Nährstoffmängeln vorzubeugen.

Menstruationsbeschwerden oder prämenstruelles Syndrom, Krämpfe und Schmerzen im Unterbauch und Brustspannen in Zusammenhang mit der Menstruation können sich gut durch Pflanzenstoffe aus Frauenmantel, Engelwurz und Schafgarbe lindern lassen. Diese Kräuter können als Begleiter durch ein ganzes Frauenleben nahezu immer eingesetzt werden.

Engelwurz (*Angelica archangelica*) liebt Waldränder, feuchte Ufer und Böschungen. Der lateinische Name *angelus* (= Engel) weist auf seine himmlische Wirkung als wahrer Pflanzenengel hin. Genutzt wird die Wurzel des Doldenblütlers, die reich an ätherischen Ölen, Harzen, Gerbstoffen, Bitterstoffen, Sioosterol und Furanocumarinen ist. Ihre aromatischen Bitterstoffe stärken die Mitte und die Verdauungsorgane, fördern die Verdauung und unterstützen die Entgiftung, Entschlackung und Ausscheidung. Ihre Pflanzenkräfte wirken erwärmend, tonisierend und reizlindernd. In der Klosterheilkunde wird sie aufgrund ihrer energetisierenden Wirkung gerne in sogenannten Lebenselixieren eingesetzt. Bei Frauen angewendet nährt die Engelwurz den weiblichen Hormonhaushalt. Engelwurz (*Angelica*) enthält Phytohormone, regt den Östrogenhaushalt an und kann Beschwerden, die durch Hormonschwankungen ausgelöst werden, lindern.



Abb.: Frauenmantel (*Alchemilla vulgaris*)



Abb.: Engelwurz (*Angelica archangelica*)

Frauenmantel (*Alchemilla vulgaris*) ist ein Rosengewächs, das häufig in Wiesen und Weiden zu finden ist. Seine Blätter wirken wie ein „Schutzmantel“ der Frau und ihrer weiblichen Ressourcen. Die gerbstoffreiche Pflanze wird traditionell für die Frauengesundheit eingesetzt. Ihre Bitterstoffe, Flavonoide und Gerbstoffe (Elagitannine, Agrimoniin, Laevigatin) entfalten entzündungshemmende, schmerzstillende, krampflösende, beruhigende, adstringierende und wundheilende Eigenschaften. Die Frauenpflanze wird aufgrund ihrer zyklusregulierenden und hormonbalancierenden Kräfte in allen Phasen des Frauenlebens geschätzt. Ihre traditionellen Heilanwendungen bewähren sich bei Dysmenorrhö, Metrorrhagie, Menorrhagie, Fluor albus und zur Begleitung durch Schwangerschaft und Geburt. Schafgarbe (*Achillea millefolium*) ist ein würzig duftender Korbblütler, der gerne an kargen Wegrändern oder Wiesen wächst. Der lateinische Name „Achill“ erinnert an Achilles, den Helden von Troja. Volkstümlich ist die Schafgarbe auch als Frauenheil bekannt, denn sie harmonisiert den weiblichen Monatszyklus und baut verlorene weibliche Energie wieder auf. Ihre Inhaltsstoffe wirken blutstillend, krampflösend, menstruationsregulierend, verdauungsstärkend und zirkulationsfördernd. Die Schafgarbe entfaltet ihre lindernde Wirkung bei Zyklusstörungen, Zwischenblutungen und auch zu starken Menstruationsblutungen sowie Krämpfen in Unterleib und Gastro-Intestinaltrakt.

Kräuter können auch helfen, die Ursachen von Periodenbeschwerden durch körperliche und seelische Belastungen, Stress und Immunschwächen zu lindern. Nicht zuletzt waren Kräuter immer ein geheimes Mittel der Frau, um ihre Lebenskraft zu stärken, die Libido anzuregen und so manche brachliegenden Gefühle wieder zu wecken, um das Frausein mit Lust und Freude genießen zu können.

Ulrike Köstler

Kräuterfachfrau, TEH-Praktikerin, TCM-Therapeutin

Vorstand FORUM VIA SANITAS

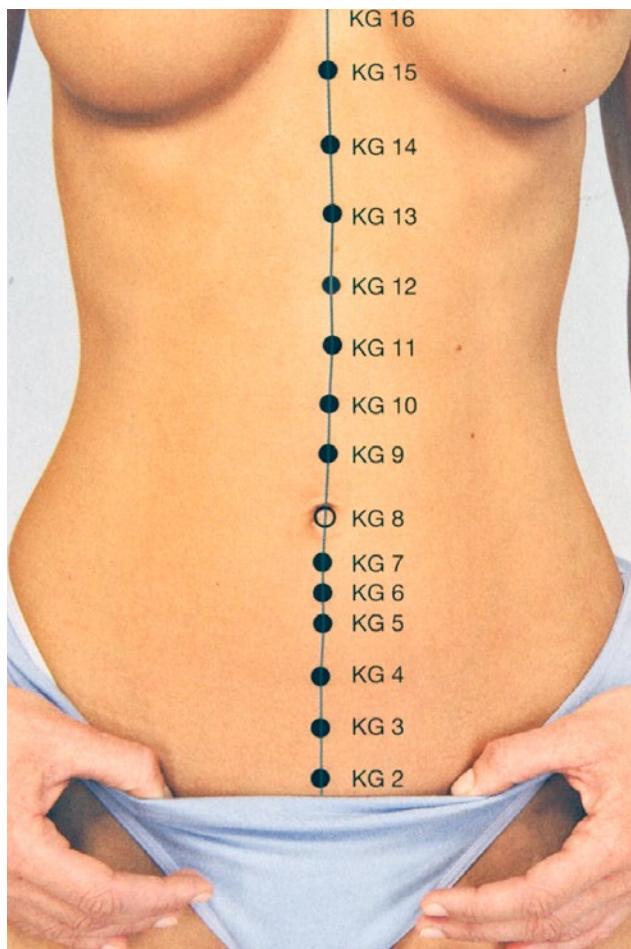
www.forumviasanitas.org

Kinderwunsch | Was tun, wenn die Regel ausbleibt?

Eine 18-jährige Patientin meldet sich in meiner Praxis, da sie nach Weglassen der Pille keine Regel mehr bekommt. Die Pille hatte sie vom 12ten bis zum 17ten Lebensjahr genommen und im gesamten letzten Jahr weggelassen – doch die Regel bleibt aus. Da sie ihre Ausbildung zur Floristin nun bald abgeschlossen hat, möchte sie mit ihrem Partner eine Familie gründen. Der Kinderwunsch ist so groß, dass die Angst vor Nadeln sie nicht davon abhält, es mit Akupunktur zu versuchen. Der Frauenarzt hatte keine Auffälligkeiten festgestellt und riet zum Abwarten.

Die Amenorrhoe, wie die ausbleibende Regelblutung auch genannt wird, ist für viele Frauen ein beängstigendes Thema. Die Ursachen für diese Form der Regelstörung können neben Organstörungen wie polyzystische Ovarien auch Schilddrüsenfunktionsstörungen, Stress und psychische Belastungen, Essstörungen und Vitalstoffmängel sein. Eine der häufigsten Ursachen ist wie in diesem Fall das Post-Pill-Syndrom. Es tritt besonders häufig auf, wenn Frauen in den ersten Monaten nach der ersten Regelblutung schon mit der Pille beginnen. Die Ovarien benötigen nämlich zwei bis drei Jahre bis zur völligen Funktionstüchtigkeit. Die meisten Zyklen in der ersten Zeit finden ohne Eisprung statt (anovulatorisch). Der Körper muss das hormonelle Zusammenspiel erst erlernen.

Das Hauptproblem der 18-jährigen Patientin ist aus der Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) ein Blut-Mangel. Wir erkennen ihn an dem blassen Teint der Patientin. Sie schildert außerdem Erschöpfung, Gedächtnisschwäche und gelegentlichen Scheitelkopfschmerz und Schlafstörungen. Die in der TCM für die Diagnose wichtige Zungenbetrachtung zeigt einen blassen Zungenkörper. Die Zunge ist belaglos und zeigt kleine quere Risse an der Zungenoberfläche. Ich entscheide mich für die Behandlung mit Akupunktur und Gabe von Pentatonix – eine besondere Kräuterrezeptur mit Vitaminen und Mikronährstoffen zum Aufbau von Yin. Die Akupunktur soll die Organfunktion von Leber und Magen/Milz stärken, da diese das Blut nähren. Ein Punkt auf dem Nierenmeridian (TAIXI-Ni3) hat ebenfalls eine starke Wirkung auf das Yin und wirkt mit einem weiteren Punkt des Meridians (FULIU-Ni7) gegen allgemeine Müdigkeit. Ergänzt wird die Punktekombination mit einem Punkt auf dem Konzeptionsgefäß auf der Vorderseite des Bauches, eine kleine Strecke oberhalb des Schambeins. Der Punkt mit dem Namen GUANYUAN oder auch „Eingangstor der Lebenskraft“ hat eine besondere Wirkung auf den Uterus und nährt das Blut.



Quelle: Bahr. „Das große Buch der klassischen Akupunktur“, 2. Auflage, S. 242

Abb.: Das Konzeptionsgefäß mit dem Punkt KG 4 „Eingangstor der Lebenskraft“

Die Behandlungen werden für die ersten vier Sitzungen wöchentlich durchgeführt, dann alle zwei Wochen. Bereits nach 6 Wochen tritt die erste Regelblutung auf. Eine erleichterte Patientin bedankt sich für die Behandlung und wünscht sich eine Fortführung der Therapie zur Stabilisierung des Erreichten. Als die nächste Regel vier Wochen später ausbleibt, ist die Patientin enttäuscht, aber entschlossen die Therapie fortzuführen. Zwei Tage vor dem nächsten Behandlungstermin ruft die Patientin in der Praxis an, um ihren Termin abzusagen. Sie bräuchte die Akupunkturbehandlung nicht mehr, da sie schwanger ist. Einen schöneren Grund für einen Therapieabbruch kann es nicht geben.

Dr. Bernd Ramme
Präsident der Deutschen Akademie für Akupunktur | DAA e. V.
Clara-Zetkin-Str. 21
17192 Waren

Vorschau auf Ausgabe 2/2019



©: fizkes - stock.adobe.com

Hauptthema:

Mundtrockenheit | Wenn einem die Spucke wegbleibt.

Schätzungsweise leidet nahezu jeder Vierte in Deutschland an Mundtrockenheit. Die sogenannte „Xerostomie“ kann eine Nebenwirkung von bestimmten Medikamenten sein oder auch Ausdruck von verschiedenen Krankheitsbildern.

Sie selbst ist aber wiederum ein Problem für die Zahngesundheit. Erfahren Sie in unserer nächsten Ausgabe mehr über die Behandlungsmöglichkeit mit Ernährung und Akupunktur.

Weitere Patienteninformationen

In Deutschland:

Deutsche Akademie für Akupunktur | DAA e.V.
Osserstraße 40, 81679 München
Tel.: 089/8145252, Fax: 089/82000929
kontakt@akupunktur.de
www.akupunktur.de,
www.akupunktur-patienten.de,
www.stoerherd.de

In Österreich:

Österreichische Gesellschaft für Kontrollierte
Akupunktur und Traditionelle Chinesische
Medizin (OGKA),
Glacisstraße 7, A-8010 Graz
Tel.: ++43 (0)316/37 40-50, Fax: -5055,
office@ogka.at
www.ogka.at

In der Schweiz:

Schweizerische Ärztesgesellschaft für Aku-
punktur, Chinesische Medizin und Aurikulome-
dizin, SACAM
Postfach 2003, CH-8021 Zürich,
Tel.: ++41 (0)844/200 200,
Fax: ++41 (0)31/332 41 12
info@sacam.ch, www.sacam.ch