

## Wo hilft Akupunktur?

### Akute und chronische Schmerzen, wie z.B.:

- Kopfschmerzen (Spannungskopfschmerz, Migräne)
- Rücken- und Gelenkschmerzen
- Fibromyalgie (Faser-Muskel-Schmerz)

### Erkrankungen des Bewegungssystems, wie z.B.:

- Schmerzen an Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule
- Bandscheibenvorfall
- Sehnen- und Gelenkerkrankungen
- Tennisellenbogen
- chronische Hüftgelenkschmerzen
- Kniegelenkschmerzen
- Karpaltunnelsyndrom
- Nachbehandlung von Hüft-, Knie- und Bandscheibenoperationen
- Arthroseschmerzen

### Neurologische Erkrankungen, wie z.B.:

- Neuralgien
- Trigeminusneuralgie
- Mitbehandlung von Lähmungen
- Schmerzen bei Gürtelrose (Zoster)
- Begleitsyndrome neurologischer Krankheiten

### Erkrankungen der Atemwege, wie z.B.:

- Asthma
- chronische Bronchitis
- gehäuft auftretende Erkältungskrankheiten

### Vegetative Störungen, wie z.B.:

- Schlaflosigkeit
- Erschöpfungssyndrom
- innere Unruhe
- Blutdruckschwankungen

### Suchtkrankheiten, wie z.B.:

- Beruhigungsmittelabhängigkeit
- Nikotinmissbrauch (Rauchentwöhnung)
- Ess-Sucht (Abnehmen mit Ernährung nach TCM)

### Erkrankungen des Verdauungssystems, wie z.B.:

- Sodbrennen (Reflux)
- Magengeschwüre
- Magenschleimhautentzündung (Gastritis)
- Verstopfung
- Durchfall
- Reizdarmsyndrom
- chronische Dickdarmentzündung (Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn)
- Hämorrhoiden (Beschwerden)

### Gynäkologische Erkrankungen, wie z.B.:

- Menstruationsschmerzen
- Zyklusunregelmäßigkeiten
- Fruchtbarkeitsstörungen
- Amenorrhoe (Ausbleiben der Regelblutung)
- Wechseljahrbeschwerden

### Hals-, Nasen-, Ohrenkrankheiten, wie z.B.:

- Sinusitis (Nasennebenhöhlenentzündungen)
- Tinnitus
- Schwindel

### Hautkrankheiten, wie z.B.:

- schlecht heilende Wunden
- Herpes labialis
- Akne

### Allergien, wie z.B.:

- Heuschnupfen
- allergisches Asthma

### Postoperative Situation, wie z.B.:

- Förderung der Wundheilung, Vorbeugen von Entzündungen, abschwellende, schmerzlindernde Wirkung

### Sonstige Indikationen, wie z.B.:

- Bettnässen (nächtliche Enuresis)

## Wie wirkt Akupunktur?

An bestimmten Punkten des Körpers werden die dünnen Akupunkturnadeln platziert, wo sie etwa 20 bis 30 Minuten verbleiben und ihre heilsame Wirkung entfalten, während sich der Patient auf der Liege entspannt. Nach Forschungsergebnissen aus der westlichen Medizin wirkt Akupunktur nachweislich auf folgende Systeme: Zentrales und peripheres Nervensystem, humoral-endokrines System, Blutzirkulation, Muskulatur, Immunsystem.

## Wer kann eine Akupunkturbehandlung erhalten?

Für eine Akupunkturtherapie gibt es keine Altersgrenze. Babys und Kleinkinder reagieren oft sogar besonders sensibel, hier genügt manchmal schon eine sanfte Massage entlang der Akupunkturpunkte (Tuina) oder eine schmerzlose Laserakupunktur. Wer Angst vor Nadeln hat, kann auch mit Laserakupunktur behandelt werden.



Wer darf keine Akupunkturbehandlung erhalten?

Epileptiker, Menschen mit schlechtem Allgemeinzustand oder mit schweren psychischen Störungen.



Hat Akupunktur Nebenwirkungen?

Es können leichte Blutungen oder Hämatome an der Einstichstelle auftreten. Ein mögliches Taubheitsgefühl verschwindet in der Regel schnell. In seltenen Fällen kann es zu einem Kollaps kommen.

Wie oft und wie lange wird behandelt?

Die Häufigkeit der Behandlungen hängt von den Beschwerden ab. Normalerweise wird 1 mal pro Woche behandelt, akut auch 2 mal pro Woche. In der Regel sind 5-10 Sitzungen notwendig, um einen dauerhaften Erfolg zu erzielen.

## Behandlungsmethoden der Akupunktur:

- **Körperakupunktur:** mit dünnen Nadeln werden Akupunkturpunkte am Körper gereizt
- **Ohrakupunktur:** mit dünnen Nadeln oder Dauernadeln werden Akupunkturpunkte am Ohr gereizt
- **Laserakupunktur:** Akupunktur mit Laserlicht
- **Injektionsakupunktur:** verschiedene Substanzen werden an Akupunkturpunkten injiziert
- **Elektrostimulation:** über liegende Nadeln wird elektrische Energie zugeführt
- **Moxibustion:** ist das Erwärmen der Nadeln mit Beifußkraut
- **Yamamoto-Schädelakupunktur:** Mit dünnen Nadeln werden Punkte am Kopf gereizt.

Praxis  
Dr. med. Lydia Zelger  
Arena Ritten, Zaberbach 15  
I-39054 Klobenstein  
Tel. +39 0471 356164  
Fax +39 0471 617138  
info@lydia-zelger.com  
www.lydia-zelger.com

Telefonische Terminvereinbarung von Montag bis Freitag, 8.30 bis 12.00 Uhr.

# AKUPUNKTUR

## Patienteninformation



## Was ist Akupunktur?

Akupunktur ist ein Teilgebiet der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und kann mit vielen konventionellen und komplementären Methoden kombiniert werden. Das Einstechen von dünnen Nadeln an den so genannten Akupunkturpunkten hat nicht nur eine lokale Wirkung, sondern reguliert ganzheitlich ein Ungleichgewicht im Körper.

Die Akupunktur, eine wichtige chinesische Heilmethode, wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und führenden Akupunkturgesellschaften für viele Krankheitsbilder empfohlen. Eine Auswahl davon habe ich in dieser Broschüre für Sie zusammengestellt.