

Inhaltsverzeichnis

- [Akupunktur](#)
 - [Erfahrungsbericht](#)
- [Funktionalität](#)
 - [Punkte](#)
- [Warum funktioniert Akupunktur?](#)
- [Studien](#)

Lesedauer 6 Minuten

TCM als Zankapfel? Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) wird häufig kontrovers diskutiert, insbesondere von christlicher Klientel. Als Grund wird überwiegend genannt, dass sie auf Annahmen taoistischer Philosophien beruhe und heutigen Fakten von Physiologie und Anatomie widerspräche. Somit sei TCM als widerchristlich abzulehnen.

Was man vermeintlich nicht zu erklären vermag und zudem noch fernöstlicher Herkunft ist, das landet schnell in der esoterischen, wenn nicht gar okkulten Ecke. Dies völlig unbenommen des Umstandes, dass man mit dieser Ansicht schnell das Kind mit dem Bade ausschüttet.

Was also tun? TCM für Christen, ja oder nein?

Da TCM viele Bereiche umfasst gilt es, wie so oft, sorgsam zu differenzieren. Das aber gestaltet sich u.U. schwierig, nämlich, die Grenze zu finden, zwischen dem, was Philosophie und Wissenschaft ist. Wissenschaft, die von Wissenschaftlern rund um den Erdball in Übereinstimmung verifiziert ist, dürfte der kleinste gemeinsame Nenner dessen sein, was aus Christensicht Akzeptanz findet.

Um Kritikern dieser Ansicht zu begegnen: nein, ich heiße nicht gut, was der biblischen Lehre widerspricht. Aber ich akzeptiere Heilkunde, gleich aus welcher Kultur sie stammt, sofern ihre Wirkung reproduzierbar und auch in z.B. doppelt verblindeten Studien als valide erachtet wird, wie z.B. die Akupunktur.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30335320/>

Akupunktur

Manch einer kennt es aus eigener Erfahrung: ein paar Nadeln in die Haut gestochen, sie verweilen lassen und entfernen. Dies soll das eine oder andere gesundheitliche Problem beheben. Was steckt dahinter?

Analog zur Akupunktur mit Nadeln gibt es noch weitere Techniken, wie Akupressur (Stimulation durch punktuellen Druck), Klopfen (rhythmische Stimulation), Moxibustion (Stimulation durch Hitze), sowie Elektroakupunktur (Stimulation durch niederfrequente elektrische Ströme).

Erfahrungsbericht

Nadeln sind nicht jedermanns Sache, so auch nicht meine. Mein Hausarzt war Anlaufstelle, als ich binnen zehn Minuten durchaus zwei Packungen Papiertaschentücher verbrauchte, bei 30 °C im Auto saß, alle Fenster geschlossen, gebadet im eigenen Schweiß, denn mich plagte ein gewaltiger Heuschnupfen. Ich hatte zuvor angerufen, die Situation geschildert und man bot mir Akupunktur an. Auf meinen Einwand „keine Nadeln“ hieß es man nutze einen LASER.

Er nutze einen roten Helium-Neon-LASER, drückte die Spitze, aus der das rote Licht austrat, nach einander auf fünf Punkte, wartete jeweils einige Sekunden und entließ mich nach wenigen Minuten. Der automatische Griff nach den rapide abnehmenden Papiertaschentüchern stoppte alsbald und ich konnte die Rückfahrt ohne Jucken, Brennen und Schniefen absolvieren.

Beim nächsten Mal, zwei Tage später, insgesamt drei oder vier Mal, fragte er mich, ob ich ihm so ein LASER-Gerät nicht mit Akkubetrieb bauen könne, denn er wolle als Hausarzt nicht stets bei den Leuten daheim nach einer Steckdose suchen müssen. Er wusste um meine Elektronik-Kenntnisse, daher seine Frage.

Knapp zehn Wochen später hielt er den Prototypen in Händen, den er auch sogleich kaufte und wenige Tage später einen Zweiten orderte. Wenn er unterwegs sei, könne die Arzthelferin (so war noch die damalige Berufsbezeichnung), die über die entsprechende Ausbildung verfügte, ja auch Patienten behandeln.

Das zweite Gerät wies einen optimierten Aufbau auf, funktional aber identisch. Als er dieses zweite Gerät kaufte, bestellte er gleich das dritte: das erste hatte er seinem Bruder weiterverkauft.

Nun war es an der Zeit, sich über Zulassungsverfahren, Genehmigungen, etc. Gedanken zu machen. Das TÜV-Gutachten stand an erster Stelle und wurde sofort positiv beschieden. Die Medizinische Geräte Verordnung (MedGV) stand noch aus. Hierzu bedurfte es u.a. eines klinischen Gutachtens. Das Medizinische LASER Zentrum Lübeck, damals noch dem Uniklinikum Lübeck angegliedert, erhielt das Gerät für einen sechsmonatigen Zeitraum, binnen dessen Versuche, Messungen unternommen und eine Studie gefertigt wurde, um schließlich die MedGV-Zulassung zu erteilen.

In der Zwischenzeit hatte ich an Kongressen in Hamburg teilgenommen und Akupunktur und deren Funktionalität kennengelernt. Durch den direkten Kontakt zur Ärzteschaft erhielt ich auch tieferen Zugang zu Details, denn ich wollte wissen, WARUM es ist wie es ist. Warum funktioniert es an der, aber nicht an jener Stelle? Und überhaupt: woher weiß man denn, DASS es da funktioniert, aber nicht dort funktionieren kann?

Funktionalität

Was der LASER bewirkt erfuhr ich durch die Studie des Medizinischen LASER Zentrums. Die Wellenlänge des stark gebündelten, intensiv roten Lichtes des Helium-Neon-LASERS (HeNe-LASER) beträgt 632,8 nm (entsprechend der Spektrallinie des atomaren Sauerstoffes https://www.itp.uni-hannover.de/fileadmin/itp/emeritus/zawischa/static_html/atome.html), die Leistung 5 mW.

Trifft das LASER-Licht auf eine Zelle, normalisiert es den Kalium-Natrium-Haushalt derselben und ermöglicht damit den effektiveren Stoffwechsel und den Abtransport von Schlackenstoffen, die z.B. die Narben verhärtende Ursache darstellen, weil sie durch den Schnitt im bisher möglichen Abtransport gehindert sind. Kann die Zelle ihre Arbeit wieder vollständig aufnehmen, werden diese Schlacken abtransportiert, die Narbe heilt schneller und bleibt weicher. Bei großflächigen Hautschäden, wie z.B. bei Bestrahlungen im Rahmen von Krebtherapien, wird [polarisiertes Licht](#) eingesetzt, das die selben therapeutischen Eigenschaften aufweist.

Punkte

Wer in der Akupunktur noch nicht auf Anhieb DEN Punkt findet, bedient sich eines, meist eingebauten, Hautwiderstandsmessers. Man kann auch ein gewöhnliches

Multimeter nehmen, den Messbereich auf Widerstandsmessung schalten, eine Messspitze zwischen angefeuchtetem Daumen und Zeigefinger haltend, mit der zweiten z.B. den Bereich zwischen Daumen- und Zeigefingerwurzel abtastend. Stellt man sich die beiden gespreizten Finger mit einer gedachten verlängernden Linie Richtung Handgelenk vor, so ist der Schnittpunkt etwa der „Punkt“, der einen im Vergleich zur Umgegend sehr geringen Widerstand von nur einigen hundert Kilo-Ohm aufweist. Die übrigen Bereiche liegen weit im hohen Mega-Ohm Bereich.

Dies ist zunächst ein Beweis dafür, DASS es „Punkte“ gibt, die sich von anderen Arealen unterscheiden. Im Kampfsport kennt man solche Punkte ebenso, deren Treffen man vermeiden soll, weil sie u.U. lebensgefährliche Folgen haben können, denn sie initiieren ad hoc Vorgänge, die im schlimmsten Fall zum Tode führen.

Gesteht man den „alten Chinesen“ zu, dass sie derlei „Punkte“ fanden und systematisch zu erforschen begannen, was ein Reiz dieses oder jenes Punktes verursacht, wie Punkte miteinander interagieren, manche regional, andere globale Aktionen auslösen, indem mit Reiz des einen auch andere Punkte getriggert (Triggerpunkte) werden, dann wird erklärlich, dass es eine Systematik gibt..

Für mich ist damit schlüssig, wenn Punkte messtechnisch nachweisbar sind, Wirkungen reproduzierbar ausgelöst werden können, dann können die Chinesen mit ihrer diesbezüglichen Heilkunst nicht ganz daneben liegen ...

Warum funktioniert Akupunktur?

Damals blieb noch die Frage offen, weshalb der Heuschnupfen verschwand. Nun, was bewirkt ein Antihistaminikum, das man vom Arzt gegen Heuschnupfen verordnet bekommt? Der Wirkstoff dockt an Rezeptoren an, die von Pollen beaufschlagt werden und den bekannten Juck- und Tränenreiz, bzw. die volkstümlich laufende Nase auslösen. Sind diese Rezeptoren von dem Wirkstoff des Antihistaminikums besetzt, können Pollen nicht mehr andocken und der allergene Reiz ist ausgeschaltet.

Vereinfacht gesagt, bewirkt der Reiz der bei Heuschnupfen indizierten Punkte den selben Effekt. Da der LASER nicht immer wieder, wie das mit unerwünschten Nebenwirkungen behaftete, weil oft müde machende Antihistaminikum, angewandt werden muss, um die Allergie zu unterbinden, liegt der Schluss nahe, dass eine Herabsetzung des Allergie-Potenzials erreicht wird. Dies bestätigt sich in nachstehenden medizinischen Aussagen.

Der Reiz kann durch Druck (Akupressur), Hitze (Moxabustion, Moxa-Nadeln), Nadeln (Akupunktur) oder HeNe-LASER (LASER-Akupunktur) gesetzt werden. IR-LASER oder LASER-„Pointer“ können auf Grund der verschiedenen Wellenlängen und Leistungen diese Wirkungen nicht erzielen.

Nach aktuellem Wissensstand sind aus medizinischer Sicht folgende Mechanismen der Akupunktur bekannt:

1. **Immunmodulation durch neuroendokrine Mechanismen:** Akupunktur kann durch die Stimulation bestimmter Punkte entlang der Meridiane die Freisetzung von Neurotransmittern wie β -Endorphinen, Serotonin und Noradrenalin auslösen. Diese Neurotransmitter können über verschiedene Wege, einschließlich neuronaler und endokriner, auf Immunzellen wie T-Lymphozyten und Makrophagen einwirken. Durch die Modulation des neuroendokrinen Systems kann Akupunktur die Balance zwischen Th1- und Th2-Zellen beeinflussen, wodurch eine übermäßige allergische Reaktion, die für Heuschnupfen typisch ist, reduziert wird.
2. **Neuroplastizität und zentrale Schmerzverarbeitung:** Die Stimulation von Akupunkturpunkten kann die Neuroplastizität im zentralen Nervensystem fördern, insbesondere im Rückenmark und im Gehirn. Diese neuroplastischen Effekte können dazu beitragen, die Schmerzverarbeitung zu modulieren, indem sie die Aktivität von Neuronen in Regionen wie dem Nucleus raphe magnus und dem dorsalen Horn des Rückenmarks verändern. Diese Veränderungen können sowohl peripher als auch zentral Schmerzsignale modulieren, die mit allergischen Symptomen wie Nasenjucken, Niesen und tränenden Augen einhergehen.
3. **Autonome Nervensystemregulation:** Akupunktur kann auch das autonome Nervensystem beeinflussen, insbesondere durch die Aktivierung des parasympathischen Nervensystems und die Hemmung des sympathischen Nervensystems. Diese Effekte können zu einer Reduzierung der entzündlichen Reaktionen führen, die mit allergischen Erkrankungen wie Heuschnupfen verbunden sind, indem sie die Freisetzung von entzündungsfördernden Zytokinen wie Histamin und Leukotrienen hemmen.
4. **Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse (HPA-Achse):** Akupunktur kann die HPA-Achse modulieren, indem sie die Freisetzung von Kortisol und anderen Glukokortikoiden aus der Nebennierenrinde beeinflusst. Diese Hormone haben sowohl immunmodulatorische als auch entzündungshemmende Eigenschaften und können die allergische Reaktion

bei Heuschnupfen durch ihre Wirkung auf Immunzellen und entzündliche Mediatoren reduzieren.

Studien

Relevante Studien sind auszugsweise folgende zu nennen:

1. [Acupuncture methods for allergic rhinitis: a systematic review and bayesian meta-analysis of randomized controlled trials](#)
Exactly 39 studies with 3433 participants were covered in this meta-analysis. The meta-analysis demonstrated that all acupuncture types were superior to sham acupuncture in terms of total nasal symptom score and rhinoconjunctivitis quality of life questionnaire. Moxibustion was recommended as the most effective intervention as it reduced nasal symptoms in 6 treatments. On the other hand, manual acupuncture plus conventional medicine was recommended as the most effective intervention in improving the quality of life in 9 treatments. Notably, moxibustion was recommended as the most effective intervention that changed the content of IgE in 9 treatments. Moreover, adverse events of these interventions were acceptable.
2. [Meta-Analyse von Li et al. \(2015\)](#): Diese Meta-Analyse untersuchte 13 randomisierte kontrollierte Studien mit insgesamt 2.365 Patienten und kam zu dem Schluss, dass Akupunktur bei der Behandlung von allergischem Rhinitis (einschließlich Heuschnupfen) wirksamer ist als konventionelle Medikamente allein. Die Studie ergab auch, dass die Kombination von Akupunktur mit konventioneller Behandlung eine größere symptomatische Linderung bietet als die alleinige konventionelle Therapie.
3. [Akupunktur bei Patienten mit allergischer Rhinitis: Analyse der Studienintervention und Syndrommuster der randomisierten Multicenter Studie \(ACUSAR – 2014\)](#)
In der Akupunkturgruppe entsprachen die gestellten Diagnosen sowie die Punkteaushwahl den klinischen Erfahrungen in der Behandlung der SAR. In der Akupunkturgruppe wurden mehr Akupunkturnadeln als in der Sham-Akupunkturgruppe eingesetzt. Beides sind mögliche Gründe für die höhere Wirksamkeit der Verum-Akupunktur in dieser Studie.