

Feine Stiche: Kinder legen schnell ihre Angst vor den Nadeln ab

# Punktgenau heilen

Akupunktur und Akupressur sind sanfte **THERAPIEN**. Was leisten sie bei der Behandlung von Kindern?

Als Lorenz seinen Freunden die sechs feinen Nadeln zeigt, die beim letzten Arztbesuch in seinem Körper steckten, staunen die Jungen. Lorenz deutet auf die Stellen an Arm, Bein, Bauch und Kopf, die der Arzt mit den Nadeln behandelte. Ob das denn nicht weh tut, wundern sich die Jungen. Da lacht der Elfjährige aus Bietigheim: „Nö, es wirbelt nur.“

Lorenz leidet an Migräne. Die Anfälle treten selten auf, dafür sind sie so heftig, dass er selbst am Tag danach nicht aus dem Haus gehen kann. Zunächst bekam der Junge Medikamente. Weil die nicht halfen, probierte seine Mutter Yvonne Vögele andere Heilmethoden. Vor sechs Jahren behandelte der Kinderarzt Dr. Rainer Bohlayer aus Rheinstetten bei Karlsruhe den Jungen zum ersten Mal mit Akupunktur.

## Therapie aus dem fernen Osten

Die Heilkunst mit den Nadeln gilt hierzulande als exotisch, in Asien hingegen hat sie eine Tradition über Jahrtausende. Die Akupunktur beruht auf der Annahme, dass es im Körper Leitbahnen gibt, durch die Lebensenergie, genannt Qi, fließt. Auf den Leitbahnen liegen sogenannte Akupunkturpunkte. Verschiedene Umstände können dazu führen, dass

## Der Weg zum Experten

■ Erkundigen Sie sich nach Ausbildung und Erfahrung. In vielen Bundesländern tragen ausgebildete Ärzte die Zusatzbezeichnung „Akupunktur“. Es gibt das A-Diplom (180 Stunden) und das B-Diplom (360 Stunden). Für Heilpraktiker ist die Bezeichnung nicht einheitlich.

■ Adressen von Spezialisten vermitteln die Deutsche Ärztesgesellschaft für Akupunktur ([www.daegfa.de](http://www.daegfa.de)), die Arbeitsgemeinschaft für klassische Akupunktur und traditionelle chinesische Medizin ([www.agtcm.de](http://www.agtcm.de)) und die Universität Witten/Herdecke ([tcm@uni-wh.de](mailto:tcm@uni-wh.de)).

■ Akupunktur ist keine Regelleistung der gesetzlichen Krankenkassen. Manchmal übernehmen sie Teile der Kosten. Erkundigen Sie sich rechtzeitig. Private Kassen zahlen meistens, aber besser Sie fragen vorher nach.

Qi nicht mehr fließt. Dann entwickelt sich eine Krankheit. Durch eine Nadelung der Punkte wird die Blockade gelöst und der Patient geheilt, so die Theorie.

In China behandeln Akupunkteure bereits Babys mit Nadeln. „Grundsätzlich spricht nichts dagegen“, sagt Mediziner Andreas Koepp, der an der Universität Witten/Herdecke Kinderakupunktur unterrichtet. Aber die meisten Experten in Deutschland beginnen die Behandlungen erst bei Fünf- oder Sechsjährigen. Denn die können stillhalten und verstehen, was passiert. Bedenken kommen fast immer von den Eltern. „Sie sind sehr ängstlich, weil sie fürchten, dass ihrem Kind wehgetan wird“, sagt Bohlayer. Die Angst der Eltern ist unbegründet, weiß er: „Kinder sind sehr neugierig und machen gut mit.“ Eine amerikanische Studie belegte, dass Kleine mit Akupunktur zurechtkommen. Vor der Behandlung fürchteten sich 53 Prozent der Kinder vor Nadelstichen, nach der Therapie waren es nur fünf Prozent.

## Mit Händen helfen

Nicht immer muss es die Nadel sein. Manche Therapeuten stimulieren die Akupunkturpunkte mit einem Softlaser. Hier ersetzt ein energiereicher Lichtstrahl die Nadeln. Gerade bei Babys wen-

den Ärzte auch gern die Akupressur an: Dabei massieren sie die Punkte mit den Fingern. Wissenschaftler gehen davon aus, dass die Akupressur wie Akupunktur wirkt, nur schwächer. „Akupressur eignet sich, weil die Eltern selbst etwas tun können“, sagt Koepp. In seiner Praxis lernt Kinderarzt Bohlayer deshalb häufig Mütter und Väter in der Technik an und zeigt ihnen etwa Griffe gegen Dreimonatskoliken (siehe Kasten). „Die Akupressur ist kein Wundermittel, aber bei Beschwerden wie Bauchschmerzen sehr effektiv“, meint er.

Ärzte und Heilpraktiker, die mit Akupunktur und Akupressur behandeln, weisen auf eine lange Liste an Problemen hin, die sie damit lindern können. Dabei reicht das Spektrum von Allergien über Schmerzen bis hin zu Unruhe. „Die Akupunktur hilft sehr gut bei Kindern mit chronischen Schmerzen“, so Koepp. Heilpraktikerin Doris Husyk aus Würzburg therapiert spastisch gelähmte Kinder mit Nadeln. „Durch die Akupunktur entspannen sie sich“, erzählt sie.

Im vorvergangenen Jahr zeigte eine deutsche Studie, dass die Nadeln bei Erwachsenen Rücken-, Knie- und Kopfschmerzen mindern. Untersuchungen mit Kindern gibt es nur wenige. So fanden Mediziner der Universität Frankfurt heraus, dass kleine Asthmatiker nach

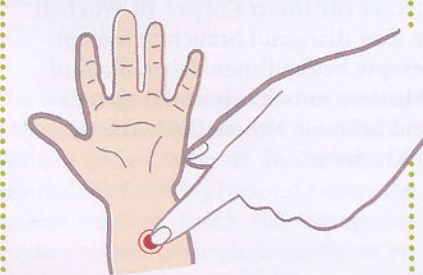
## Akupressur für zu Hause

Eltern können ihren Kleinen Gutes tun – mit diesen Akupressurgriffen, empfohlen von Kinderarzt Dr. Rainer Bohlayer aus Rheinstetten bei Karlsruhe. Ideal: zwei- bis dreimal pro Woche massieren. Vorher bitte die Hände wärmen.

**Bei Bauchschmerzen:** Messen Sie zwei Daumenbreiten Ihres Kindes, gehen Sie den Abstand rechts neben den Nabel. Dort befindet sich der Punkt „Magen 25“. Kreisen Sie mit der Fingerkuppe eine Minute lang mit leichtem Druck auf den Punkt.



**Bei Einschlafproblemen:** An der Innenseite des Arms, zwei Finger breit unterhalb der Handgelenkfalte befindet sich mittig zwischen den beiden Sehnen der Punkt „Kreislauf 6“. Umkreisen und drücken Sie die Region sanft eine Minute lang.



vierwöchiger Akupunkturbehandlung weniger Anfälle erlitten als die Kontrollgruppe. Eine andere Studie lieferte Hinweise, dass Akupunktur bei Kindern Heuschnupfen verringert. Untersuchungen zur Akupressur gibt es kaum.

## Geheimnisvolle Wirkung

Dennoch sind die Konzepte umstritten. Anatomisch gesehen gibt es weder Leitbahnen noch Energieflüsse. Was genau die Stimulation der Akupunkturpunkte bewirkt, fand noch kein Experte heraus. Einige Punkte liegen auf besonderen Muskelschmerzpunkten oder Durchtrittsstellen kleiner Nerven- und Blutgefäße zwischen der äußeren und inneren Hautschicht. Reizt der Akupunkteur diese Punkte, so hemmt das einerseits Schmerzsignale im Gehirn, andererseits schüttet der Körper vermehrt schmerzlindernde Stoffe aus. Die setzt er allerdings auch frei, wenn beliebige Körperstellen stimuliert werden.

Unklar ist auch, wie groß der Placebo-Effekt ist. Bereits das aufwendige Ritual der Nadelbehandlung und der enge Kontakt zwischen Arzt und Patient scheinen die Heilkraft in Gang zu setzen. Allerdings konnten Jenaer Forscher nachweisen, dass Akupunktur zumindest teilweise objektiv wirkt. An den Hirnströmen der Testpersonen in Narkose erkannten sie eine Schmerzlinderung.

## Der Einfluss der Psyche

Erwiesen ist, dass Akupunktur und Akupressur vielen guttun – auch weil die Experten ihren Patienten Zeit und Aufmerksamkeit widmen. „Wir betrachten und behandeln nicht ein Symptom, sondern den ganzen Menschen“, erklärt Bohlayer. Wenn er eine Diagnose erstellt, möchte er von dem Kind nicht nur wissen, wo es wehtut, sondern auch, was es in seiner Freizeit macht und ob es Sorgen hat. „Die chinesische Medizin geht davon aus, dass Körper und Psyche eng zusammenhängen“, sagt auch Experte Koepp.

Seit Lorenz die Nadeltherapie macht, geht es ihm besser. „Die Migräneanfälle treten immer noch auf, aber sie verlaufen deutlich milder“, erzählt seine Mutter. Früher, wenn in der Praxis die Nadeln in seinem Körper steckten, hat sie ihm etwas vorgelesen. Heute nutzt er die 20 Minuten Zeit zum Entspannen. „Das trägt zur Wirkung der Akupunktur bei“, sagt Bohlayer. Der psychische Aspekt einer Krankheit werde zu häufig vergessen, obwohl er Alltag in der Therapie sei. ■