



Deutsche Akademie für Akupunktur | **DAA e.V.**

Medizin auf den Punkt gebracht.

AKUPUNKTUR

1/2026

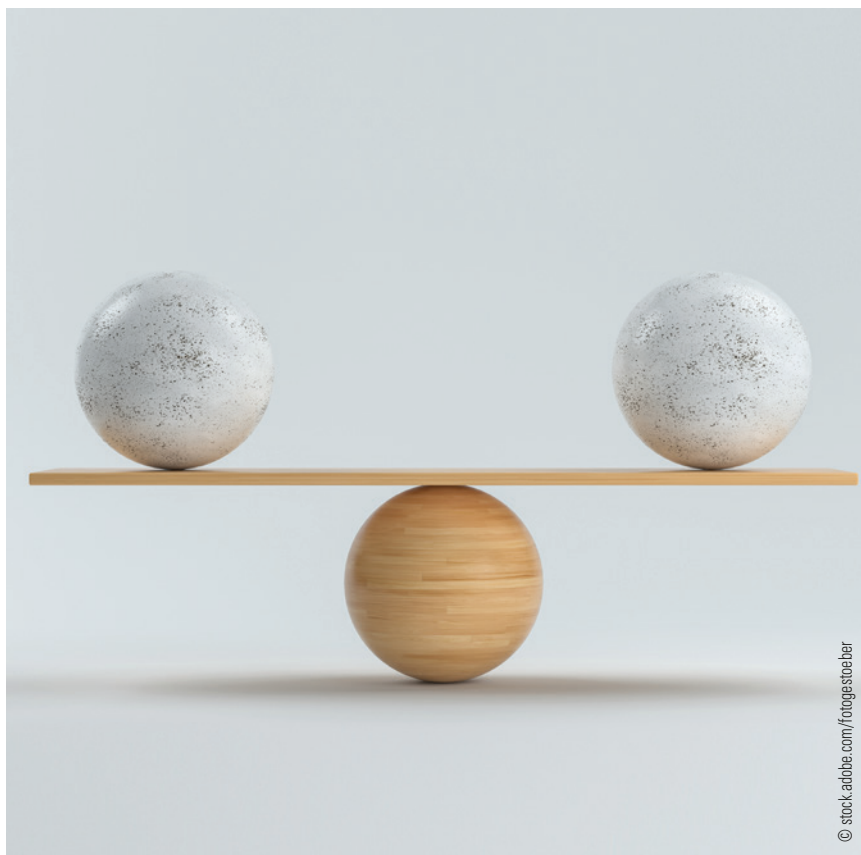
Auch online lesen unter www.akupunktur-patienten.de

**Liebe Patientin,
lieber Patient,**

Endlich frei von Schmerz – stärken Sie

Ihre Mitte!

Leiden Sie unter chronischen Schmerzen, kalten Füßen oder wiederkehrenden Blasenentzündungen? Dieses Heft zeigt Ihnen, wie moderne Methoden wie **Liquidakupunktur** sofort Erleichterung bringen können: Ein kleiner Tropfen an den richtigen Ohrpunkten – und der Teufelskreis aus Schmerz und Anspannung wird durchbrochen. Doch echte Gesundheit beginnt und endet auch in der **Mitte**: Milz und Magen steuern Balance, Fett- und Wasserverteilung – und wer sie durch falsche Ernährung schwächt, blockiert seine Selbstheilung. Wir erklären, wie wärmende Mahlzeiten und einfache Tricks Beschwerden lindern, Energie zurückgeben und sogar beim Abnehmen helfen. Lesen Sie weiter, erfahren Sie praktische Tipps und starten Sie noch heute, Ihre Mitte zu stärken – für mehr Leichtigkeit, Wohlbefinden und Lebensfreude!



© stock.adobe.com/fotagestoeber

Editorial Impressum	S. 2
Liquidakupunktur	S. 3
„Störung der Mitte“ – ein wichtiger Krankheitsfaktor	S. 4
Warum Narben und Piercings in der Körpermitte Probleme machen können	S. 7
Vorschau	S. 8

**MIT FREUNDLICHER
EMPFEHLUNG ÜBERREICHT**

Vorwort – Liebe Patientin, lieber Patient

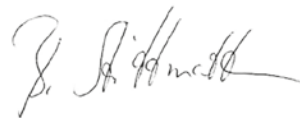
Schmerzen können uns ganz schön ausbremsen – besonders, wenn sie chronisch werden. Aber es gibt Hoffnung: Mit der **Liquidakupunktur** eröffnen sich neue Wege, um diese quälenden Schmerzreize effektiv zu stoppen. Bei diesem Verfahren wird über eine hauchdünne Nadel ein kleiner Tropfen eines gut verträglichen Anästhetikums oder Neuraltherapeutikums in spezielle Ohr-Areale gesetzt. Sofort bildet sich eine kleine Quaddel, die über die Nervenenden direkt ins Gehirn wirkt und den Schmerz unterbricht. Plötzlich ist der Teufelskreis aus Schmerz und Anspannung durchbrochen, und die Selbstheilung darf starten. Der besondere Clou: Durch die gleichzeitige Stimulation vieler Nervenendigungen wird eine spürbare Gegenirritation im Gehirn ausgelöst – und oft schon überraschend schnell lindert sich chronischer Schmerz.

Doch Gesundheit endet nicht beim Schmerz – sie beginnt in der **Mitte**. Besonders junge Frauen kennen die Situation: Wiederkehrende Blasenentzündungen, kalte Füße, ein gespanntes Kreuz oder Kopfschmerzen – die Blase steht im Vordergrund, der Rest tritt in den Hintergrund. Die Ursache liegt oft in der Ernährung: Salate, kalte Früchte, Diät-Snacks – alles, was die „Organe der Mitte“ schwächt. Milz und Magen, zentrale Steuerungsorgane unseres Körpers, können dann Fett und Wasser nicht mehr richtig verteilen,

Blockaden entstehen, und Beschwerden wie Blasenentzündungen zeigen sich als Kältezeichen. Die Lösung? Heiße Suppen, wärmende Mahlzeiten und eine liebevolle Ernährung – und siehe da: Die Mitte stärkt sich, Beschwerden verschwinden, und plötzlich läuft alles wieder rund.

Dieses Heft möchte Ihnen zeigen, wie Sie **Schmerzen lindern und Ihre Mitte stärken** können – mit modernen Methoden und traditionellem Wissen, damit Körper und Geist wieder in Harmonie kommen. Schritt für Schritt, praktisch und leicht umsetzbar, für mehr Leichtigkeit, Wohlbefinden und Selbstvertrauen im Alltag.

Ihre



© privat

Dr. Beate Strittmatter
FA für Allgemeinmedizin, Akupunktur,
Naturheilverfahren, Sportmedizin
Ausbildungsleitung Ohrakupunktur der DAA e.V.
Saarbrücken, www.beate-strittmatter.de

Wichtiger Hinweis:

Der Artikel in diesem Heft enthält nur allgemeine Hinweise und dürfen nicht zur Selbstdiagnose oder -behandlung verwendet werden. Sie können einen Arztbesuch nicht ersetzen. Aus Gründen der Lesbarkeit verzichten wir darauf, konsequent die männliche und weibliche Formulierung zu verwenden. Das bedeutet nicht, dass wir ein bestimmtes Geschlecht bevorzugen.

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. Beate Strittmatter, Referentin der DAA

Redaktion, Bild und Text:
Deutsche Akademie für Akupunktur | DAA e.V.
Lerchenfeldstraße 20, 80538 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.

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

Liquidakupunktur

Es gibt eine sehr effektive und sehr alte Sonderform der Ohrakupunktur: die sogenannte Liquidakupunktur. Es ist eine Methode, die den erfahrenen Kollegen schon seit vielen Jahrzehnten bekannt ist - die es aber irgendwie nie in die Lehrpläne für Akupunktur-Therapeuten geschafft hat. Sie galt als Geheimtipp, wurde jedoch nie für unsere Akupunkturschüler unterrichtet.

Dank des Einsatzes unseres Präsidenten der Deutschen Akademie für Akupunktur (DAA, München), Dr. Bernd Rame, wurde sie vor über 10 Jahren in den Lehrplan aufgenommen und auf diese Weise einer großen Zahl an ärztlichen und zahnärztlichen Therapeuten und damit natürlich wiederum deren Patienten zugänglich gemacht.

Es ist eine Methode, die überraschend schnell bei chronischen Schmerzzuständen helfen kann. Über eine sehr dünne Injektionsnadel wird dabei in spezielle Ohrareale ein kleiner Tropfen – also nur eine winzige Menge – eines gut verträglichen Lokalanästhetikums knapp unter die Haut gespritzt. Als Sofortreaktion bildet sich an der Einstichstelle eine kleine Quaddel, siehe die hellere Stelle am Ohr auf der Abbildung 1.

Durch diese sehr oberflächliche Injektion werden über die Hautnerven Informationen im Sinne einer Gegenirritation an wichtige Schmerzzentren des Gehirns gesendet und der Teufelskreis aus Schmerz und Anspannung wird durchbrochen. Diese Art der Ohrakupunktur wird also nicht mit Akupunkturnadeln durchgeführt, sondern mit sehr feinen Injektionsnadeln und wird daher Liquidakupunktur genannt.

Diese neue Technik bildet eine hervorragende Ergänzung und Erweiterung der Möglichkeiten der klassischen Ohrakupunktur. Für Kranke ist diese erweiterte Behandlungsmöglichkeit eine gute Nachricht!



Abb. 1 Liquidakupunktur

Wie es begann:

1959 erscheint ein Artikel über die französische Ohrakupunktur in der chinesischen Zeitschrift für „Populäre Medizin“ (Ta-chung-i-hsüeh). Nogier wird als Entdecker der Methode anerkannt.

Bei Operationen wurde Ohrakupunktur eingesetzt, danach konnte beobachtet werden, dass substanzabhängige Patienten weniger Abhängigkeitssymptome zeigten.

Die Erfolge waren auch in China beeindruckend und darüber hinaus mit so geringem Aufwand zu erzielen, dass diese Methode auch den chinesischen „Barfußärzten“ vermittelt wurde. Die sog. Barfußärzte waren Sanitäter mit nur minimaler Ausbildung. Die Bezeichnung entstand während der Kulturrevolution, einer Zeit, bei der jegliches Wissen als staatsfeindlich verdächtigt wurde.

Mao Tse Tung soll sich in diesem Zusammenhang wie folgt geäußert haben: „Die Vergangenheit soll der Zukunft, und ausländische Dinge sollen China dienen.“

Weiterentwicklung und internationale Verbreitung erlangte die Methode vor allem durch den Gründer unserer Akademie, Prof. mult. h.c./China Dr. med. F. Bahr.

Lösung für viele Beschwerden und Probleme:

Wie oben erwähnt, zeigt sich ein entzündetes, blockiertes oder sonstwie gestörtes Körperareal am Ohr als elektrisch aktiver Punkt und dient so der Diagnostik. Und jetzt das besondere der Methode:

Man kann durch Akupunkturnadeln (oder auch Laser) diese gestörten Zonen beeinflussen. Direkt und sofort! Experten wissen: Ein Schulter- oder Rückenschmerz ist nach dem sehr präzisen Setzen von Nadeln oft sofort verschwunden.

Noch länger anhaltend ist die Befreiung von Schmerzen durch gezieltes und sehr korrektes Setzen der oben beschriebenen Quaddel intrakutan (sehr oberflächlich in die Haut der Ohroberfläche).

Der Therapeut braucht dazu die sehr genaue Kenntnis der Ohr-Reflexpunkte für den ganzen Körper. Solche Therapeuten finden Sie unter www.akupunktur.de

Mit den besten Wünschen für Ihre Genesung!

Dr. Beate Strittmatter

FA für Allgemeinmedizin, Akupunktur,
Naturheilverfahren, Sportmedizin
Ausbildungsleitung Ohrakupunktur der DAA e.V.
Saarbrücken, www.beate-strittmatter.de



© privat

„Störung der Mitte“ – ein wichtiger Krankheitsfaktor

Vielleicht hätte die Überschrift besser heißen sollen: Störung der Mitte – ein wichtiger Gesundheitsfaktor. Auf alle Fälle braucht jeder Mensch seine Mitte in Balance!

In der Traditionellen Chinesischen Medizin gilt die Mitte, also der Funktionskreis von Milz und Magen, als Quelle der Lebensenergie Qi. Gerät sie aus dem Gleichgewicht, entstehen Müdigkeit, Verdauungsstörungen oder innere Unruhe und Gewichtszunahme. Durch gezielte Nadelung bestimmter Punkte harmonisiert Akupunktur den Energiefluss, stabilisiert Körper und Geist und unterstützt so die Regeneration von innen heraus – sanft, natürlich und nachhaltig.

Man erkennt eine Mitte-Störung an kalten Füßen und einer geschwollenen Zunge, oft auch Blasenentzündungen und Angstzustände

Besonders junge Frauen leiden unter Mitte-Schwäche-Symptomen, sie kommen mit den typischen Symptomen: Blasenentzündungen! Dass sie dabei auch kalte Füße, einen verspannten Rücken und oft Kopfschmerzen haben, bemerken sie oft nicht, die Blase steht im Vordergrund.

Was machen sie falsch? Um schlank zu bleiben, ernähren sie sich von Salaten (kalt), von vermeintlich gesunden kalorienarmen Zitrusfrüchten (noch kälter!), vom Kälteschock für die Milz am Morgen, dem kalten rohen Müsli gar nicht zu reden. Vor warmen Suppen und Eintöpfen fürchten sie sich, sie könnten ja zunehmen. Und dabei ist das Gegenteil der Fall: Milz und Magen sind bei den klugen Chinesen die „Organe der Mitte“ und wer diese Organe durch kaltes Essen schwächt, blockiert seine Mitte. Das Endergebnis: die Milz gilt (ebenfalls bei den Chinesen) als **Verteiler von Fett und Wasser**. Eine blockierte Milz kann Fett eben nicht mehr richtig verteilen (und damit Fettansatz verhindern). Wenn diese jungen Damen anfangen, heiße Suppen zu sich zu nehmen, hören wie magisch die Blasenentzündungen als Kältezeichen auf. Und es gilt: hast Du kalte Füße, kannst Du nicht abnehmen.

Ich selbst bin immer wieder erstaunt, wie das alte Wissen der Chinesen nicht nur erklärt, warum ein Symptom auftritt, in der Regel hält genau dieses Wissen auch einfache Therapie-Optionen bereit: z.B. einfach mal den Kühlschrank zulassen und den Wasserkocher benutzen oder den Kochtopf.

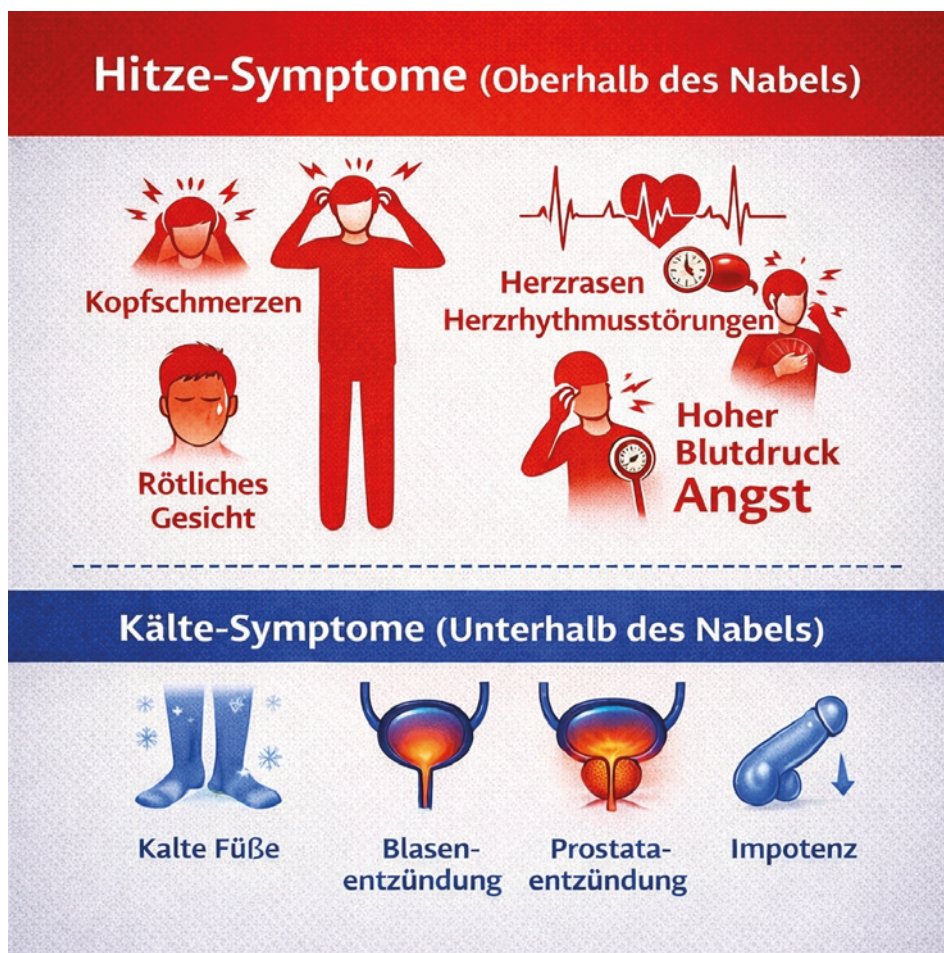


Abb. 1: Mögliche und typische Symptome einer Mittestörung

Hier ein Beispiel:

Herr Klaus B., Mitte 50, kommt in meine Behandlung. Seine Beschwerden: Hoher Blutdruck, hin und wieder Herzrasen. Auch sonst fühle er sich in letzter Zeit nicht so ganz wohl. Ich schaue mir seine Zunge an. Sie zeigt deutliche Zahneindrücke an beiden Seiten, was auf eine leichte Schwellung hindeutet. Die Gefäße auf der Zungenunterseite sind gestaut, Zeichen für einen sogenannten „Qi-Stau“, hier fließen die körpereigenen Energien offenbar nicht „rund“.

Ich frage nach kalten Füßen. Ja, die hätte er, woher ich das wüsste. Offensichtlich lag bei diesem Patienten eine Schwäche im sogenannten „Funktionskreis Milz“ vor. Wie oben schon erwähnt gehören Milz und Magen für die Chinesen zu den Organen der „Mitte“. Werden sie gestört oder

kommen sie aus dem Gleichgewicht, dann kann es zu einer Störung des Energie-Austausches zwischen oben und unten im Körper kommen, man spricht dann von einer „Störung der Mitte“.

Seine Symptome in der oberen Körperhälfte waren typisch für die Fülle (Hitze), die bei einer Mitte-Störung beschrieben werden: Kopfschmerzen, Herzrasen oder Herzrhythmusstörungen, hoher Blutdruck, rötliche Gesichtsfarbe, manchmal sogar Angst. Bei meiner Aufzählung der möglichen Hitzesymptome machte der Patient große Augen. So schnell hätte ihn noch niemand „erkannt“ (und dabei hatte ich nur aufgelistet, was in den Lehrbüchern steht!)

Typisch ebenso für diese Mitte-Störung zeigte er Kälte-Symptome wie kalte Füße, schon einmal stattgehabte Ent-

Hier einige Beispiele zum Temperatur-Verhalten verschiedener Nahrungsmittel (Literatur-Recherche B.Strittmatter):

	kalt	kühlend	neutral	wärmend	heiß
GEMÜSE					
	Gurke	Zucchini	Karotte	Lauch	Chili
	Eisbergsalat	Tomate	Kartoffel	Zwiebel	Cayenne
	Chinakohl	Spinat	Kürbis	Knoblauch	
	Sellerie	Brokkoli	Süßkartoffel	Fenchel	
	Aubergine	Mangold	Erbsen	Schnittlauch	
OBST					
	Wassermelone	Birne	Apfel (gekocht)	Kirsche	
	Banane	Apfel (roh)	Traube	Pfirsich	
	Grapefruit	Zitrone	Dattel	Aprikose	
GETREIDE					
		Gerste	Reis (weiß)	Hafer	
		Hirse	Dinkel	Buchweizen	
		Couscous	Weizen		
GETRÄNKE					
	Eiswasser	Grüner Tee	Wasser (warm)	Ingwertee	Hochprozentiger Alkohol
	Kalte Säfte	Pfefferminztee	Kräutertee mild	Rotwein	Starker Kaffee
	Cola	Weißwein	Getreidekaffee	Kakao (warm)	
FLEISCH / TIERISCH					
	Muscheln	Ente	Rind	Lamm	Wild
	Krabben	Kaninchen	Schwein	Huhn	
			Ei		
GEWÜRZE					
		Koriander	Vanille	Fenchel	Chili
		Pfefferminze	Kümmel	Anis	Cayenne
				Ingwer (frisch)	Schwarzer Pfeffer
				Zimt	Nelke



© B. Strittmatter

Abb. 2: Punkt des Nabels rechtes Ohr, Punkt der Milz linkes Ohr (für Rechtshänder)

zündungen der Prostata, auch Potenzprobleme. Ich frage nach Verschleimung – oh doch, er sei immer wieder erkältet mit viel Schleim und auch zwischendurch würde ihm Schleim den Rachen entlang laufen.

Ich frage nach Potenzproblemen – da meint er, ob seine Frau schon vorher angerufen hätte? Nein, hat sie nicht. Aber die Chinesen wussten eben schon vor vielen 1000 Jahren sehr genau zu beobachten. Ein Mann darf keine kalten Füße haben! Es sei denn, er ist gerade auf einer Polarwanderung. Wenn er sie doch hat, dann stimmt etwas nicht.

Wie kommt die Kälte zum Mann?

Ein großer Faktor, in der „Mitte“ blockiert zu werden, ist unsere Ernährung: Wir essen zu kalt! Und das in zweierlei Hinsicht: Zum einen essen wir tatsächlich kalt, also nicht warm, will heißen gekocht. Nicht erst seit die Naturmedizin von der Rohkostwelle überflutet wurde, gibt es für unsere kalten Breitengrade zu wenig warmes Essen. Dazu noch unsere unselbige Angewohnheit, Nahrungsmittel direkt aus dem Kühlschrank auf den Tisch zu stellen, von den eiskalten Getränken gar nicht zu reden. Zum anderen enthält unser Speiseplan, da ja alles jederzeit verfügbar ist, zu viele Nahrungsmittel, die von den Chinesen als energetisch kalt eingestuft werden. Es ist leicht nachzuvollziehen, dass eine Banane, die in einem heißen Land wächst, kalt wirkt. Sie soll die Menschen ihres Landes kühlen (so wie uns Trauben und Äpfel, die in unserem Land gedeihen, wärmen sollen).

Als Faustregel gilt: Je mehr Sonne und Hitze eine Pflanze abbekommt, desto kälter ist sie. Vorsicht also besonders im Winter vor Orangen, Bananen, Ananas und Mango. Wir könnten sonst trotz hohem Vitamin C-Gehalt von der nächsten Erkältung eingeholt werden! Energetisch kalt sind auch Milchprodukte und sehr wasserhaltige Gemüse wie Gurke,

Tomate, Salat. Vorsicht natürlich vor diesen Speisen auch im Sommer, bedacht und mit Maß einsetzen.

Hände weg von eiskalten Getränken – auch im Hochsommer! Interessanterweise sagte mir der Patient zu diesem Thema: Immer wenn ich auf Geschäftsreise in China bin, geht es mir besser, da esse ich dreimal am Tag warm.

Interessant: als junge Mutter wusste ich von diesen Zusammenhängen noch wenig, fütterte aus logischen und ernährungsmedizinischen Erwägungen meine kleinen Buben mit Quark (gutes Eiweiß, wie ich dachte, aber eiskalt) und darin Banane und Apfelsine (gutes Vitamin C, wie ich dachte, und ebenso eisig kalt). Die Folge? Nach einer langen Phase stabiler Gesundheit wurden sie von Erkältungen heimgesucht (man kann sich also nicht nur an kalter Luft draußen „erkälten“, sondern auch durch kalte Nahrungsmittel).

Was wir therapeutisch empfehlen:

Warm essen, möglichst viel basisch (Gemüse, Gemüse, Gemüse, Kartoffeln). Hände weg vom Kühlschrank, von Salaten, kaltem Müsli, kaltem Yoghurt. Die Füße müssen, wenn es richtig gemacht wird, innerhalb von einer Woche warm werden!

Was wir therapeutisch tun können:

Wir stärken die Mitte und machen sie durchgängig: Punkt der Mitte, Punkt der Milz als Organ der Mitte an den Ohren.

Idealerweise erklären wir auch, welche Nahrungsmittel als kalt gelten. Eine sehr gute Wandkarte für die Küche ist die Lehrtafel von Dr. Jörg Kastner. Chinesische Diätetik & energetische Ernährungslehre, www.blum-akupunktur.de.

Wir suchen nach Narbenstörherden, die die Mitte stärken, siehe Artikel über störende Narben von Dr. Patrick Ruhnke in diesem Heft.

Wie es weitergeht:

Wenn die Füße erstmal warm und die Zunge abgeschwollen ist, kann man vorsichtig wieder Salate einbauen oder einen gekühlten Weißwein. Bedingung: die Füße müssen durchgängig warm bleiben. Sie sind ab sofort dann unser Sensor, was die offene Mitte angeht.

Dr. Beate Strittmatter
FA für Allgemeinmedizin, Akupunktur,
Naturheilverfahren, Sportmedizin
Ausbildungsleitung Ohrakupunktur der DAA e.V.
Saarbrücken, www.beate-strittmatter.de



© privat

Warum Narben und Piercings in der Körpermitte Probleme machen können

Viele Menschen haben Narben – nach Operationen, Verletzungen oder durch Piercings. Meist beachtet man sie kaum. Doch Narben in der Körpermitte (zum Beispiel am Bauch, Brustbein, Rücken oder an der Zunge) können aus Sicht der traditionellen chinesischen Medizin eine besondere Bedeutung haben.

Die Körpermitte ist eine wichtige „Schaltzentrale“

In der Körpermitte verlaufen zentrale Energie- und Regulationsbahnen, die sogenannten Meridiane. Sie entstehen schon sehr früh in der Embryonalentwicklung und bleiben ein Leben lang wichtig. Über sie stehen alle Organe und Körpersysteme miteinander in Verbindung. Man kann sie sich wie **Hauptverkehrsadern** im Körper vorstellen.

Wenn diese Verbindungen frei sind, funktioniert das Zusammenspiel von Organen, Hormonen, Nerven und Stoffwechsel gut.

Narben können den Energiefluss stören

Eine Narbe ist nicht nur eine sichtbare Hautveränderung. Sie kann auch darunterliegende Strukturen beeinflussen. Besonders **Narben genau in der Mittellinie** können wie

ein Hindernis wirken – ähnlich wie ein Knick in einem Kabel oder ein Staudamm in einem Fluss.

Auch **Piercings** hinterlassen kleine Narben. Ein Bauchnabel- oder Zungenpiercing liegt genau in diesen sensiblen Bereichen und kann daher ebenfalls stören.

Mögliche Folgen solcher Störungen

Wenn der Energie- und Informationsfluss behindert ist, kann das sehr unterschiedliche Beschwerden auslösen, zum Beispiel:

- unerfüllter Kinderwunsch
- Zyklus- oder Unterleibsbeschwerden
- Verdauungsprobleme
- chronische Müdigkeit
- Schmerzen, auch an ganz anderen Körperstellen
- Beschwerden nach Operationen, die sich nicht gut erklären lassen
- depressive Verstimmungen oder innere Unruhe

Wichtig ist: **Die Beschwerden müssen nicht dort auftreten, wo die Narbe sitzt.** Eine Narbe am Bauch kann zum Beispiel Schulter- oder Rückenschmerzen beeinflussen.

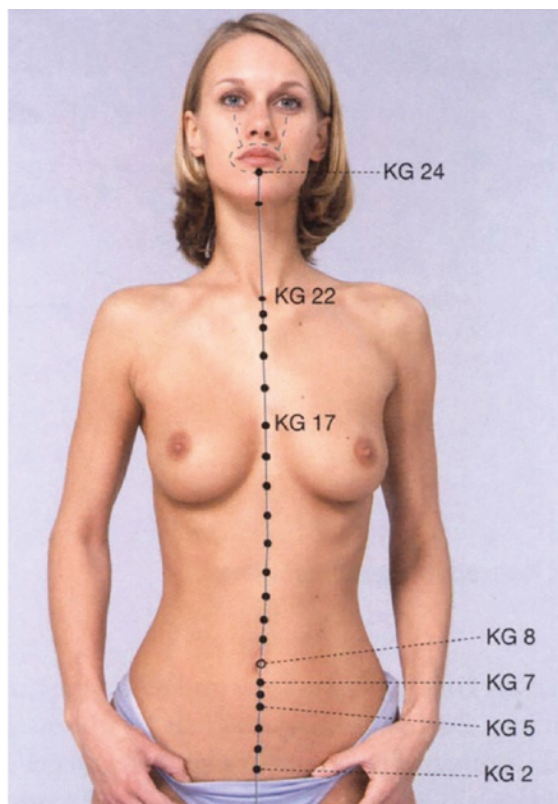


Abb.1 Verlauf des Ren Mai (Konzeptionsgefäß) aus [1]

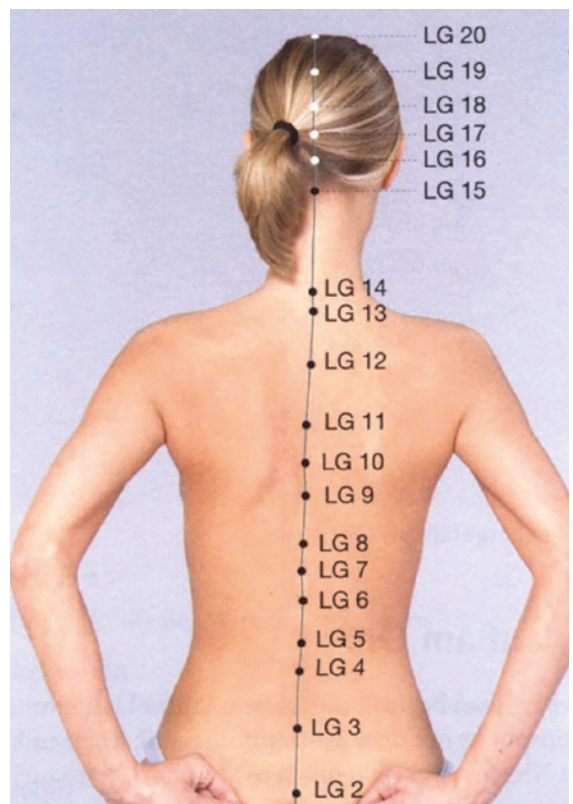


Abb.2 Verlauf des Du Mai (Lenkergefäß) aus [1]



Abb.3 Narbe im Verlauf der Mittellinie

Warum das so weitreichende Folgen haben kann

Die zentralen Bahnen (Meridiane der Körpermitte) sind mit fast allen Organen verbunden. Wird dieser Bereich gestört, kann das ganze Regulationssystem aus dem Gleichgewicht geraten. Deshalb können die Auswirkungen so vielfältig sein.

Gute Nachricht: Man kann etwas tun

In der ganzheitlichen Medizin gibt es Methoden, um solche Narben wieder „in den Körper zu integrieren“, zum Beispiel durch spezielle Akupunktur-, Laser- oder andere Regulationstechniken. In vielen Fällen bessern sich die Beschwerden deutlich, wenn die Störung erkannt und behandelt wird und damit die Meridiane wieder durchgängig gemacht werden.

Fazit

Wenn Beschwerden bestehen, für die es keine klare Erklärung gibt, lohnt sich ein Blick auf alte **Narben oder Piercings in der Körpermitte**. Sie werden oft übersehen, können aber eine entscheidende Rolle spielen. Ein erfahrener Akupunktur-Therapeut wird eine Analyse durchführen und über die Ohrreflexzonen herausfinden können, wo sich die Störungen befinden. Anschließend kann er diese Meridiane wieder durchgängig machen, sodass die Energie frei fließen kann.

Hilfe finden Sie auch unter www.akupunktur.de/patienten

Literatur

- [1] Bahr, F. et al.: Das große Buch der klassischen Akupunktur. Elsevier bei Urban & Fischer, 2007
- [2] Greten, H.J.: Kursbuch Traditionelle Chinesische Medizin. Thieme, 2007
- [3] Bahr, F. und Strittmatter B.: Das große Buch der Ohrakupunktur, 2. Aufl. Hippokrates, 2014
- [4] Kirschbaum, B.: Die 8 außerordentlichen Gefäße in der traditionellen chinesischen Medizin, 3. Auflage. ML Verlag Uelzen, 2005
- [5] Maciocia G.: Leitbahnen der Akupunktur. Urban & Fischer, 2009
- [6] Deadman P., Al-Khafaji M. und Baker, K.: Großes Handbuch der Akupunktur. Verlag für ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, 2002

Dr. tcm Patrick Ruhnke

Facharzt für Allgemeinmedizin, Notfallmedizin, Akupunktur
Tätigkeitsschwerpunkt Traditionelle chinesische Medizin
Ausbildungsleiter TCM der Deutschen Akademie für Akupunktur DAA, München
TCM-Praxis Dr. Ruhnke, Saarbrücken.
Käthe-Kollwitz-Str. 13, 66115 Saarbrücken
info@tcm-ruhnke.de



Vorschau auf Ausgabe 2/2026

Seelische Belastungen mit Akupunktur behandeln

Im nächsten Heft zeigen wir, wie Akupunktur seelische Balance wirksam unterstützt. Themen sind Angststörungen, einschließlich generalisierter Angst und Posttraumatischer Belastungsstörung, psychosomatische Beschwerden wie Migräne, Rücken- oder Magenprobleme sowie Kummer, Sorgen und Trauer. Wir beleuchten Reizbarkeit, Nervosität, Schlafstörungen und Burnout-Gefahr, Suchtkrankheiten sowie die besondere Rolle der Akupunktur bei Kindern, etwa bei Schulangst, Alpträumen, Konzentrationsstörungen, ADHS und Bettnässen – sanft, regulierend und praxisnah. Mit Fallbeispielen, praktischen Impulsen und verständlichen Erklärungen für Praxis und Alltag, fundiert, ganzheitlich und auf dem aktuellen Stand der Akupunkturmedizin für interessierte Leser.

Weitere Patienteninformationen

In Deutschland:

Deutsche Akademie für Akupunktur | DAA e.V.
Lerchenfeldstraße 20
80538 München
Tel.: 089/8145252
Fax: 089/82000929
kontakt@akupunktur.de
www.akupunktur.de

In Österreich:

EATCM-Austria
Europäische Akademie für Traditionelle Chinesische Medizin – Austria
Margaretenstraße 71–73/1/8
1050 Wien
Tel.: ++43 (0)660/8748678
office@eatcm-austria.at

In der Schweiz:

Schweizerische Ärztesgesellschaft für Akupunktur, Chinesische Medizin und Aurikulomedizin, 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