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

Medizin auf den Punkt gebracht.

AKUPUNKTUR

3/2025

Auch online lesen unter www.akupunktur-patienten.de

Liebe Patientin, lieber Patient,

Rückenschmerzen, Schultersteife, Infekte, Migräne? Solche immer wiederkehrenden oder auch akuten Beschwerden machen das Leben mühsam. Haben Sie schon davon gehört, dass Akupunktur hier schnell und langanhaltend helfen kann? Wie hilft Akupunktur? Akupunktur wirkt, indem sie den Energiefluss (Qi) im Körper reguliert. Nach chinesischer Medizin durchziehen Meridiane den Organismus und transportieren Qi sowie die Kräfte YIN und YANG. Ein Ungleichgewicht dieser Energien kann körperliche oder seelische Beschwerden verursachen. Feine Nadeln an bestimmten Punkten auf den Meridianen helfen, das Gleichgewicht wiederherzustellen. Auch aus westlicher Sicht zeigt sich Wirkung: In der weltgrößten Datenbank für medizinische Fachliteratur (PubMed) existieren bereits über 30.000 Studien zur Wirksamkeit von Akupunktur – man hat nicht nur herausgefunden, **ob** sie wirkt, sondern auch, **dass** sie wirkt und **wie**!

© stock.adobe.com/Nikki Zalewski

Editorial | Impressum S. 2
Was die Akupunktur kann S. 3
Points of Auricular Medicine S. 4
Die Behandlung von Allergien durch Ohr-Akupunktur S. 8

MIT FREUNDLICHER EMPFEHLUNG ÜBERREICHT

Vorwort – Liebe Patientin, lieber Patient

Eigentlich wollte ich über die wunderbaren Möglichkeiten der Ohrakupunktur schreiben – wie jedes Organ und jedes Gelenk am Ohr als Reflexzone abgebildet ist und wie sehr diese Methode mit all ihren daraus entwickelten Techniken bereits weltweit tausenden Patienten aus ihrer Therapieresistenz hat heraushelfen können.

Aus aktuellem Anlass möchte ich jedoch den Mann ehren, ohne dessen Forschungen und Entwicklungen das alles so nicht gekommen wäre – weltweit nicht!

Professor Frank R. Bahr – Gründer unserer Deutschen Akademie für Akupunktur (DAA) vor 52 Jahren, Forscher, Vordenker, Wegbereiter – ist in diesem Juni im Alter von 81 Jahren verstorben.

Als Arzt war er ein Leuchtfeuer in der komplementären Medizin. Er schuf Brücken zur konventionellen Medizin, verband, was lange getrennt war. Ein Visionär mit Scharfsinn und Mut, der sich nicht gescheut hat, zu streiten – für das Richtige, für den Fortschritt.

Zehntausende Kolleginnen und Kollegen konnten mit Techniken, die aus seiner Feder stammten, Menschen helfen, Leiden lindern – und Inspiration schöpfen, es ihm gleich zu tun.

Wenn jemand eine helfende Hand brauchte, war er da. Oft still, immer bestimmt.

Er hatte Vertrauen – in andere, in ihr Potenzial, in das, was aus ihnen werden konnte, förderte Talente, gab ihnen Raum und Bühne. Und weil er daran glaubte, konnten auch wir daran glauben.

Wäre mir selbst das Glück verwehrt geblieben, ihn vor 41 Jahren als meinen Lehrer zu treffen – mein eigener Weg wäre ein anderer gewesen. Gern hätte ich ihm noch viele Jahre meine Hochachtung erwiesen. Doch das Leben hatte andere Pläne.

Prof. Dr. Frank R.Bahr, +4.7.2025

Was bleibt, ist sein Geist, seine Inspiration, sein unermüdlicher Ruf, weiterzudenken, weiterzugehen.
Und wir, die wir ihn kannten – wir tragen das weiter.
In unseren Händen, in unseren Herzen,
in dem, was wir tun – und in dem, was wir selbst hinterlassen werden.

Danke, Frank.

Ihre

© privat

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

Impressum

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.

Was die Akupunktur kann

Die Akupunktur ist ein Jahrtausende altes Heilverfahren, das ein traditioneller Bestandteil der Chinesischen Medizin ist. In Europa nahm seit den 70er Jahren das Interesse an Akupunktur bei Patienten und Ärzten aufgrund der therapeutischen Erfolge deutlich zu. In der Folge verbesserten sich sowohl die Anzahl als auch die Qualität der wissenschaftlichen Publikationen. Seit 1950 hat in Europa eine eigene Akupunkturentwicklung stattgefunden, die als Ohrakupunktur bzw. Aurikulomedizin ihren Siegeszug gefeiert hat.

Ohrakupunktur

Die Aurikulomedizin (von lateinisch auricula = Ohrmuschel) ist ein relativ neues Feld der ganzheitlichen Medizin und umfasst unter anderem Ohrakupunktur, Laserakupunktur, Störherdtherapie sowie die Austestung von Medikamenten und Fremdmaterialien. Sie beruht auf der Tatsache, dass jede Körperregion und jedes Organ als Reflexzone am Ohr vorhanden ist – in ähnlicher Weise wie auf der Fußsohle (Fußreflexzonenmassage), siehe auch gerne die große Ohrkarte im Mittelteil dieses Heftes.

Ist das entsprechende Körperareal gestört, verändern sich die zugehörigen Reflexpunkte am Ohr und können mit technischen Hilfen lokalisiert werden. Alle Störungen des Körpers werden auf diese Weise im Krankheitsfall angezeigt. Die aurikulomedizinische Diagnostik bedient sich dabei der Drucktastung, oder der Messung des Hautwiderstandes (Punktsuchgerät). Eine noch feinere Diagnostik erlaubt der Nogier-Reflex (RAC): Durch Reizung bestimmter Ohrpunkte wird ein reflexhafter Impuls über das vegetative Nervensystem ausgelöst, der zu einer vom Patienten nicht spürbaren Pulsreaktion führt. Diese Änderung der Pulswelle kann der Aurikulotherapeut ertasten und so genau bestimmen, ob und wo Blockaden oder Störherde im Körper sind, die behandelt werden müssen.

Weltweite Verbreitung:

1959: Es 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. Außerdem brauchte man weniger Narkosemittel während und weniger Schmerzmittel nach einer Operation mit Ohrakupunktur.
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, in 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. Inzwischen wird die Methode in der ganzen Welt angewendet und in entsprechenden Schulen gelehrt. Das Basis-Lehrbuch der deutschen, österreichischen und Schweizer Schule, der Taschenatlas Ohrakupunktur, liegt nicht nur schon in der 7. Auflage vor, sondern ist bereits in viele Sprachen übersetzt worden und dient dort den Ärzten und Therapeuten als Lehrbuch

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. Der Akupunktur-

Fortsetzung auf Seite 6

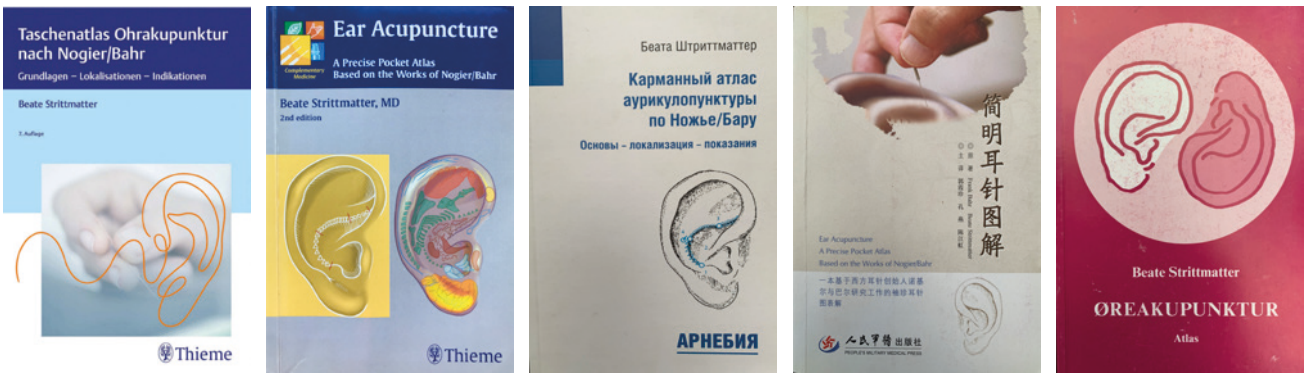
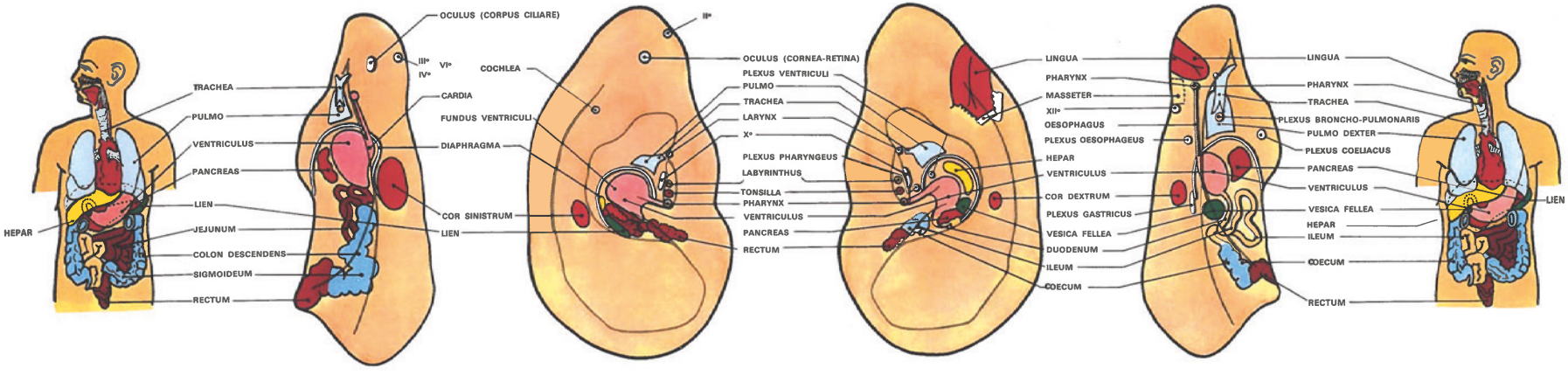
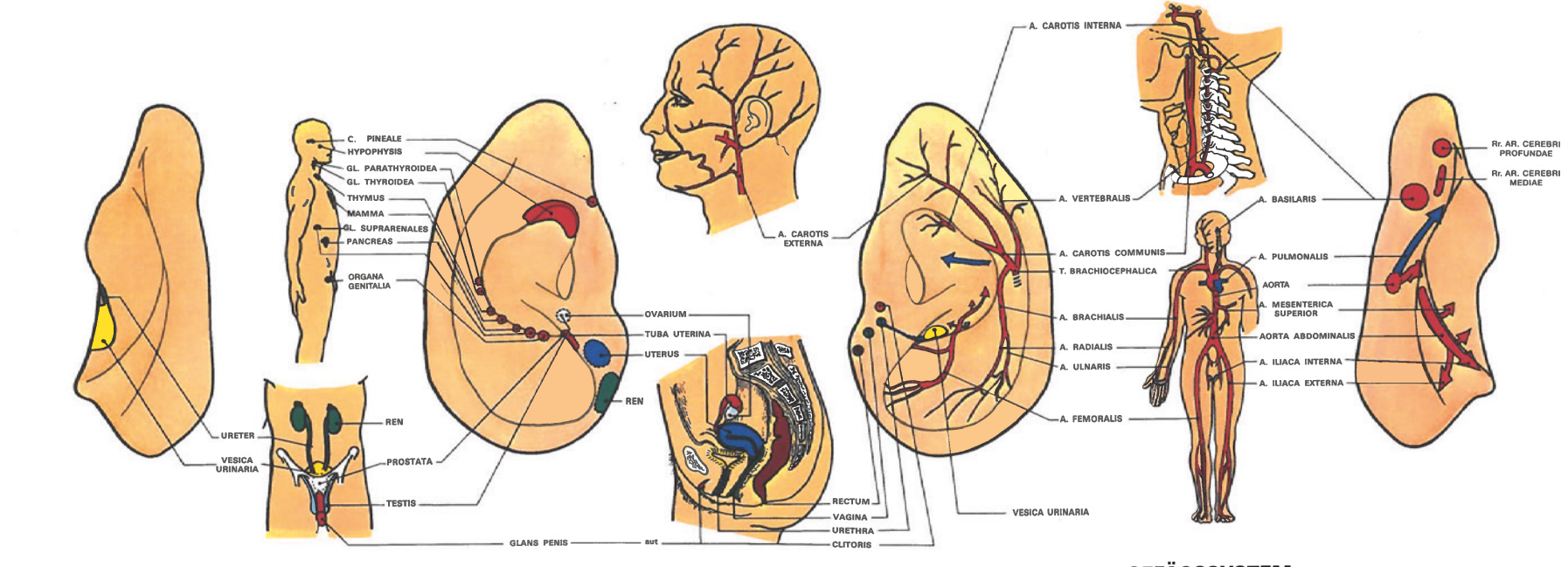


Abb 1: Atlas Ohrakupunktur in verschiedenen Sprachen: deutsch, englisch, russisch, chinesisch, dänisch



SPLANCHNOLOGIA – ORGANE



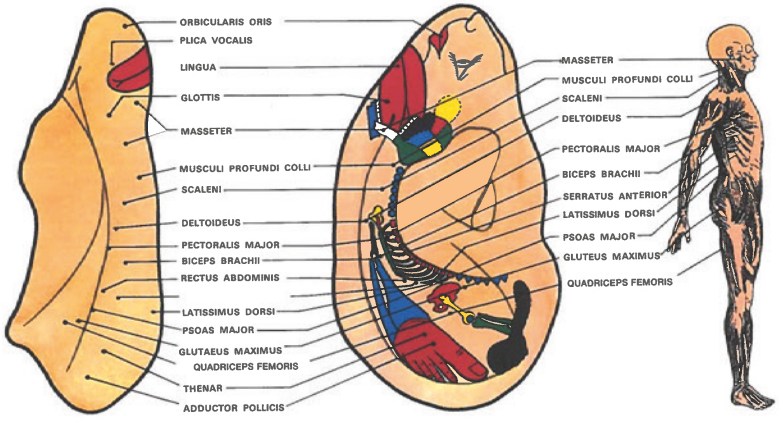
ENDOKRINE- UND UROGENITALORGANE

GEFÄSSSYSTEM

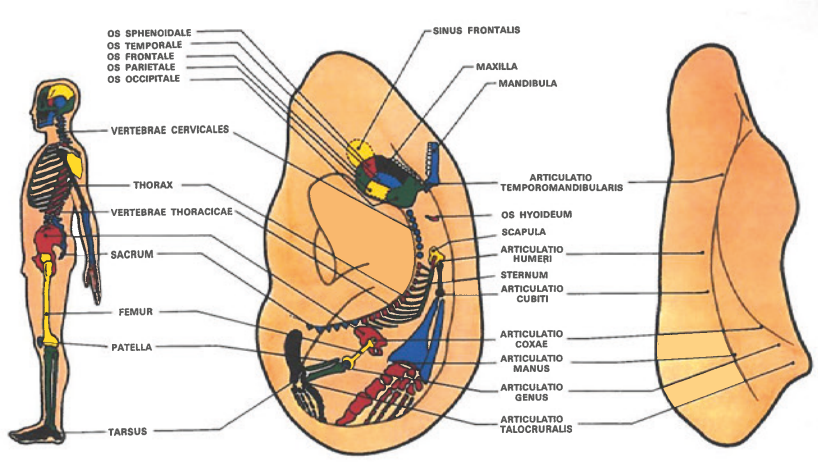
« L'auriculo-médecine, discipline médicale, ne peut être pratiquée que par des médecins. »
« Auriculo-therapy (acupuncture of the ear) is a medical speciality, and is to be practised only by competent physicians. »
« Die Auriculo-Medizin, als medizinisches Fachgebiet, darf ausschließlich von Ärzten ausgeübt werden. »
« L'auriculo-medicina, disciplina medica, non puo essere praticata che dai medici. »
« La auriculo-medicina, disciplina médica, no puede practicarse sino por los médicos. »

Loci Auriculo-Medicinae 耳针穴位 Points of Auricular Medicine

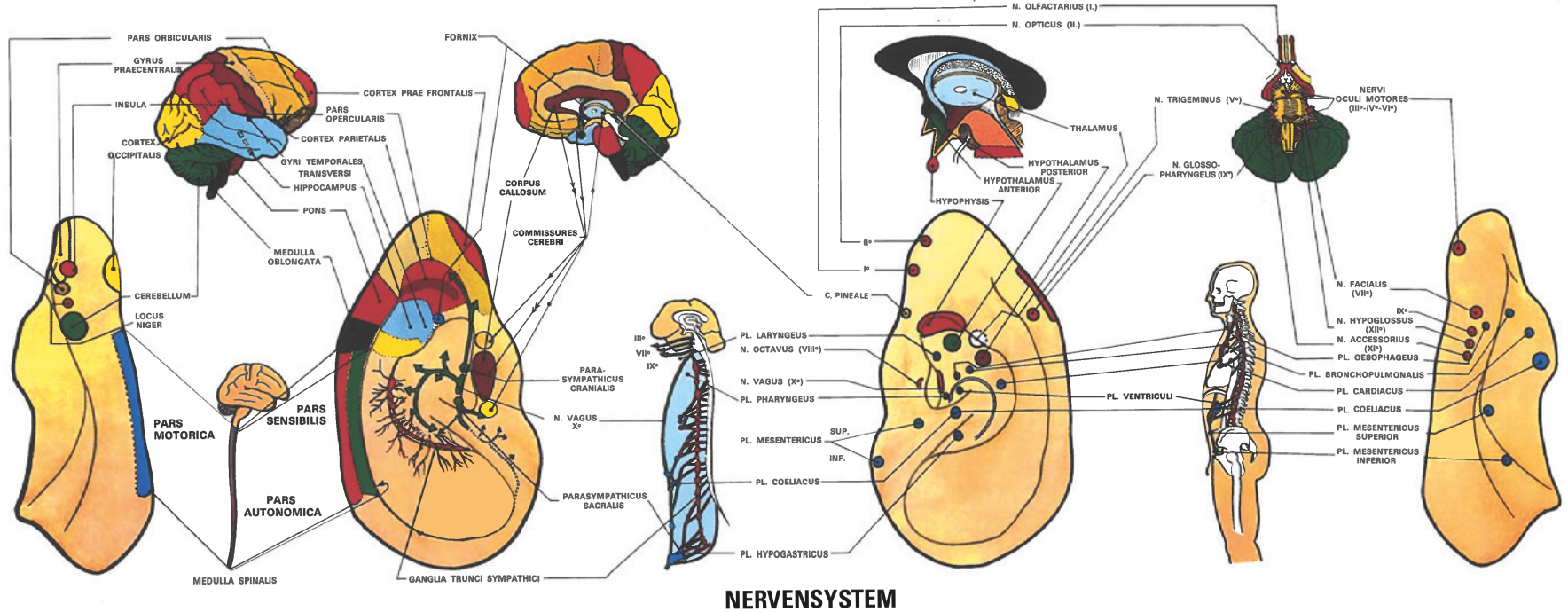
Von Paul Nogier und Frank Bahr



MUSKULATUR



KNOCHEN UND GELENKE



NERVENSYSTEM

Fortsetzung von Seite 3

arzt kann jetzt wie auf einem Bildschirm ablesen, was dem Patienten genau fehlt.

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.

Forschung gibt es dazu auch: Dr. David Alimi wies nach, dass die Reizung des Daumengrundgelenks am Ohr im Gehirn genau dieselbe Zone ansteuert, wo das Daumengrundgelenk auch wirklich abgebildet ist (Abb. 2 Alimi):

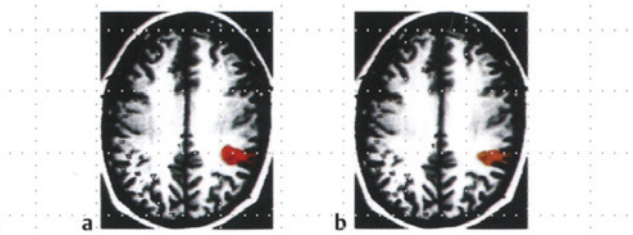
Der wegweisenden Forschung von Professor Frank Bahr ist es zu verdanken, dass in der „Landkarte" des Ohrs inzwischen auch die entsprechenden Punkte für viele wichtige Heilmittel eingezeichnet werden konnten, auch für Vitamine und Mineralien und Spurenelemente.

Die aurikulomedizinische Testung kann genau aufzeigen, was dem Körper fehlt und helfen, das richtige Heilmittel für den jeweiligen Patienten zu bestimmen. Dies kann vor allem für Vitamine, Mineralien, die Homöopathie und die Blütentherapien eine wichtige Rolle spielen

Hinter langwierigen Beschwerden stecken außerdem oft verborgene krankhafte Prozesse (Störherde), die den Körper schwächen. Typische Beispiele:

Chronische Entzündungen (Mandeln, Nasennebenhöhlen), Narben, wurzelgefüllte oder avitale bzw. wurzeltote Zähne, Giftbelastungen, wie zum Beispiel Amalgam oder Schwermetalle und Pestizide.

Über die aurikulomedizinische Testung kann der Therapeut genau herausfinden, welche Narbe stört und welche nicht, oder auch welcher wurzeltote Zahn den Körper negativ beeinflusst. Nach den vielen Jahrzehnten der Forschung wissen wir, dass nicht jeder wurzelbehandelte Zahn entfernt werden muss – mit der Ohrakupunkturdiagnostik finden wir das heraus!



Beweis für die Korrespondenz zwischen peripherer Körperstelle und zugehörigem Ohrpunkt: Die taktile Reizung des rechten Daumens (**a**) ist praktisch identisch im fMRT-Bild zur Nadelreizung des sogenannten Daumenpunktes an der rechten Ohrmuschel (**b**).

Abb 2: David Alimi, MD, Alfred Geissmann, MD, Denis Gardeur, MD: AURICULAR ACUPUNCTURE STIMULATION MEASURED ON FUNCTIONAL MAGNETIC RESONANCE IMAGING, Medical Acupuncture, 2002, Volume 13 (Number 2) pages 18-21.

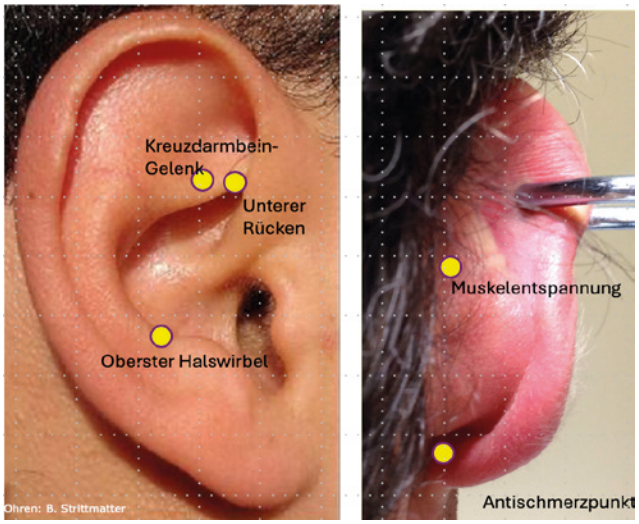


Abb. 3: Rückenschmerzen

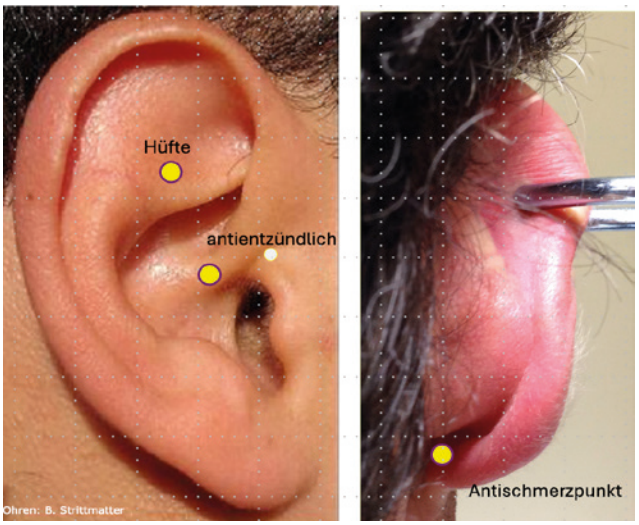


Abb. 4: Hüftschmerzen

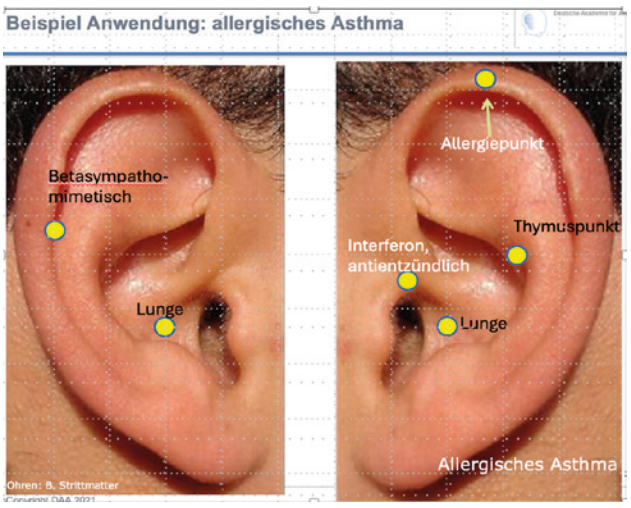


Abb. 5: Allergisches Asthma

Abb.6 Depressive Verstimmung, Überlastung

Patienten helfen sich selbst

Patienten können sich in vielen Fällen auch selbst helfen, und dabei machen Sie nicht viel falsch. Oben einige wichtige Lokalisationen am Ohr – alles, was Sie tun müssen, ist mit der Rückseite eines Bleistifts die druckschmerzhaften Stellen zu ertasten, die ich Ihnen hier abbilde – oder je nach Position der Beschwerden auch im Umfeld der abgebildeten Punkte.

Bei Depressionen werden spezielle Akupunkturpunkte behandelt, die nach der Lehre der TCM mit dem Herzen und der Lunge in Verbindung stehen. So kann das Herz buchstäblich „leichter" werden, die Stimmung sich aufhellen, die Lust auf Leben und soziale Kontakte wird reaktiviert.

Depressiven Erschöpfungszuständen (Beispiel: Burnout) liegen meist chronische Überlastungen im beruflichen oder sozialen Umfeld zugrunde. Am Beispiel überhöhter Ansprüche an sich selbst kann man sehr schön sehen, was **negative Glaubenssätze** uns energetisch antun. Sie spielen im Krankheitsgeschehen eine wichtige Rolle!

Negative Glaubenssätze sind krankmachende Einflüsse auf den Körper. Sie werden gedacht und dazu immer gekoppelt sind ein oder mehrere Gefühle – Angst, Wut, Schuldgefühle, Hilflosigkeit, Ohnmacht, Inkompetenz, Überforderung, Verzweiflung

Eine Löschung oder Beeinflussung dieser Glaubenssätze geschieht dann z.B. mit Hypnose oder EMDR. Noch schneller geht es über die Ohrreflexzonen. Als ich erkannte, dass ich solche tiefliegenden und fest verankerten Glaubenssätze über die Ohrreflexzonen löschen kann, hat meine Arbeit in der Praxis sich sehr verändert. Sehen Sie hierzu auch gerne die vorige Ausgabe dieser Patientenzeitschrift 2/25 unter www.akupunktur.de/patienten/patienten-bibliothek.

Inzwischen gibt es eine neue Methode für Patienten, sich selbst zu helfen: NeuroReset
Bitte nachzusehen unter:
www.NeuroReset.io oder auch hier:

Zur kostenfreien Masterclass

Wir hören hier von erstaunlichen Ergebnissen der Selbstbehandlung!
Ihnen wünsche ich wünsche ich mit der Selbstbehandlung viel Erfolg!

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

© privat

Und hier noch eine Buchempfehlung für alle, die die Selbsthilfe mehr interessiert:

Vorschau auf Ausgabe 4/2025

Kopfschmerz – Migräne?

Kopfschmerzen und Migräne sind neben Rückenschmerz eine der häufigsten Beschwerden, die Patienten beim Arztbesuch angeben. Dabei leiden die Betroffenen oft schon Monate oder Jahre an dem Symptom Kopfschmerz, ohne einen Arzt konsultiert zu haben. Da heutzutage auch sehr potente Schmerzmittel ohne Rezept in der Apotheke erhältlich sind, ist der Griff zur Tablette ohne vorherigen Arztbesuch zum Standard geworden. Im nächsten Heft zeigen wir Ihnen einen guten Umgang mit den Schmerzsymptomen und was Sie selbst mit Akupressur und Entspannungstherapien für sich tun können.

Die Behandlung von Allergien durch Ohr-Akupunktur

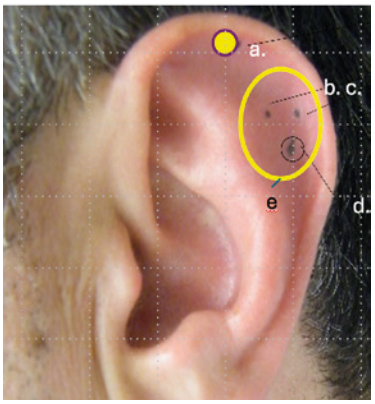
Allergien lassen sich sehr gut auch durch Akupunktur behandeln. Seit 15 Jahren behandle ich Allergien sehr erfolgreich über die Ohrakupunktur unter Nutzung des RAC (auch Nogier Reflex), ein Reflex der glatten Gefäßmuskulatur. Der RAC-Reflex [1] wird gesteuert über das vegetative Nervensystem und ermöglicht es uns, Störungen der Körperregulation zu finden und die Stellen punktgenau zu finden, an denen unser Körper zum Beispiel allergische Unverträglichkeiten repräsentiert.

An diesen Stellen können wir Schmerzen – aber eben auch allergische Reaktionen durch Akupunkturnadeln behandeln. Es gibt mehrere Punkte an der Ohrmuschel, an denen Allergien behandelt werden können. Aber ich benutze seit 15 Jahren nur noch 2 Punkte: Den Histaminpunkt und die „persönliche Urticariazone" [1,2,3].

Histamin ist ein Gewebshormon, das bei Allergien und Insektenstichen juckende Quaddeln und unangenehme und in den Atemwegen auch manchmal gefährliche Schwellungen verursacht. Sein Repräsentationspunkt liegt bei Rechtshändern am oberen Rand der linken Ohrmuschel.

Die „persönliche Urtikariazone" ist ca. daumenballengroß und entstand aus der Weiterentwicklung einer vorbekannten circa 2 mm großen „Urticariazone" (P.Nogier). In dieser großen Zone hat jedes den Körper belastende Allergen einen spezifischen Repräsentationspunkt, der nur dieses eine Allergen betrifft.Eine Nadelung dieses spezifischen Punktes gegen die Allergie kann die Allergie effektiv behandeln.

Dieser Punkt ist sehr spezifisch. Das bedeutet, wenn man Ihre Allergie gegen Birkenpollen über diesen Punkt damit behandelt, hilft das zwar gegen die Birkenpollenallergie, nicht aber gegen die Unverträglichkeit von zum Beispiel frischem Obst. Um den Punkt gegen die Unverträglichkeit von Obstsorten zu behandeln, muss man dieses Obst auflegen, im Oberbauch oder über dem Thymus, und den spezifischen Punkt auf der „persönlichen Urtikariazone" gegen dieses Obst aufsuchen und behandeln. Es kann also bei polyvalenten Allergien gegen viele Allergene geschehen, dass man in der Zone mehrere verschiedene Punkte nadeln muss. Diese Zone ist hochspezifisch, aber auch sehr effektiv.



Persönliche Urticazone nach Riehl.
a Histamin-Punkt nach Nogier
b,**c** aktive und symptomatische Allergien
d zusätzlicher Allergie-Punkt nach Körperauflage eines derzeit nicht aktiven Allergens Kreis
e Persönliche Allergiezone nach Riehl

Ich erinnere mich an einen Fall vor vielen Jahren, als ein Patient sich behandeln ließ wegen allergischer Atemwegsbeschwerden auf die Pollen zweier Bäume in seinem Garten. Ich empfahl ihm, zur Behandlung kleine Zweige mit Blüten von diesen Bäumen mit zur Behandlung zu bringen (vorsichtshalber in einem Beutel, um keine Atemwegsreaktion zu provozieren). In der vierten Sitzung fragte ich ihn nach dem bisherigen Erfolg. Er sagte, die Pollen machten ihm eigentlich gar nichts mehr aus, er habe aber noch Probleme mit einer Hausstaub-Allergie.

Ich empfahl ihm, für die nächste Sitzung ein benutztes Staubtuch in einem Beutel mitzubringen und suchte dann den Punkt seiner persönlichen Hausstaub-Allergie.

Zwei Sitzungen später erzählte seine Frau zu unserem Amüsement an der Anmeldung, dass sie jetzt viel weniger putzen müsse…

Literatur:

[1] Bahr F., Strittmatter B.: Das große Buch der Ohrakupunktur, Di2. Überarbeitete Auflage, Haug Verlag, 2014
[2] Riehl G.: Aurikulotherapie der Allergie unter Berücksichtigung der „persönlichen Urticariazone", Schmerz&Akupunktur 37(2):66-68, 2011
[3] Riehl G.: Akupunktur bei Pollenallergie mit RAC-Hilfe, Dt. Ztschr. Für Akupunktur. 61(4):271 – 273, 2018

FDr.med. Gerhard Riehl
Dilldorfer Allee 17
45257 Essen
mail@dr-riehl.com
www.dr-riehl.com

© privat

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 Ärztegesellschaft 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