



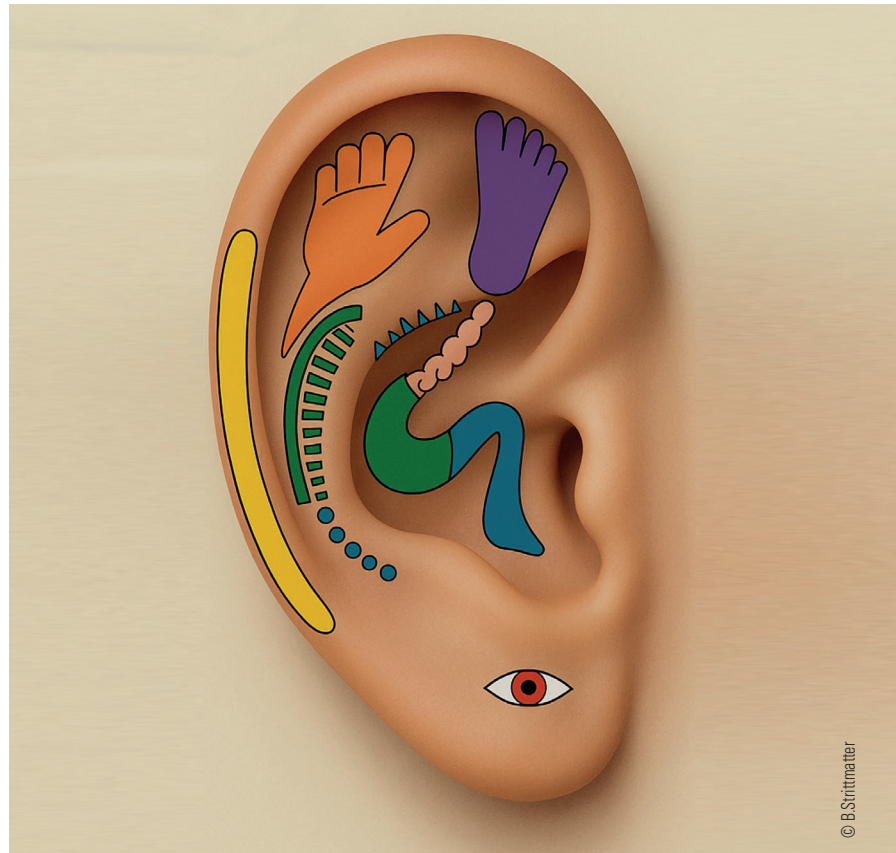
AKUPUNKTUR

2/2025

Auch online lesen unter www.akupunktur-patienten.de

**Liebe Patientin,
lieber Patient,**

Kennen Sie das? Sie fallen immer wieder in die gleichen Verhaltensweisen, Dinge wiederholen sich in Ihrem Leben und Sie können sie nicht wirklich abstellen. Es gibt wiederholt auffallend ähnliche Probleme – das kann sein im Bereich Geld, Gesundheit, Beziehungen. Oftmals liegen die Ursachen hierfür in Annahmen, wie die Welt ist, wie wir selbst sind, oder welche Anweisungen wir als Kinder verinnerlicht haben. Z.B. wie wir zu sein haben, was wir dürfen und was nicht – was moralisch gut ist und was nicht, was in unserer Familie schon immer so gemacht wurde und deshalb auch Standard für uns sein sollte. Solche Programmierungen können tatsächlich die Gesundheit beeinträchtigen – wenn wir nämlich versuchen, gegen unsere eigene Natur zu leben. Über die Ohrakupunktur kann man hier helfen!



© B.Schmittmatter

Editorial Impressum	S. 2
Plazenta löst sich nicht!	
Ohrakupunktur als Rettung bei der Geburtshilfe	S. 3
Bericht der Akupunktur-Hebamme Manuela aus dem Nachtdienst:	S. 3
Was negative Glaubenssätze uns antun	S. 4
Die Sache mit dem Ohr	S. 6

Vorwort – Liebe Patientin, lieber Patient

Jeder Mensch kennt das: Uns geht es eigentlich ganz gut, aber einige Dinge wiederholen sich immer wieder und wir scheinen es nicht ändern zu können. Das kann die Liebe betreffen, die familiären Beziehungen, den beruflichen Erfolg oder auch unser Geld.

Wir verwenden Kraft darauf, Dinge zu ändern, haben schon vieles versucht, aber es bleibt im Wesentlichen alles gleich. Und das betrifft im Grunde alle Menschen dieser Erde, egal wo und wie sie leben. Leider verstricken wir uns nach einiger Zeit oft in Wut und Ärger, weisen anderen die Schuld zu, laufen in Sackgassen oder wollen sogar flüchten. Manche geben auch einfach auf.

Ganz oft sind es Annahmen über die Welt und über uns selbst, die uns in festgefahrenen Gleisen festhalten – man nennt sie auch negative Glaubenssätze. Auf Englisch heißen sie sehr treffend „self-limiting beliefs“, also Annahmen, die uns selbst in unseren eigenen Möglichkeiten beschränken.

Sehr oft werden solche Annahmen über die Eltern vermittelt, über die Schule oder sonstige Ereignisse. Sie wirken wie Viren auf der Festplatte und behindern ein Leben, das voller Freude sein könnte, das unserem eigenen Seelenplan entspricht, mit unseren Talenten und Fähigkeiten.

Die daraus erwachsene Wut, die Trauer und die Frustration können den Menschen krank machen, wie wir es schon seit Jahrzehnten in unseren Praxen beobachten und wie

man durch die Forschung in der Psycho-Neuro-Immunologie weiß. Deshalb sprechen wir hier darüber.

Über die Ohrakupunktur können solche Fehlprogrammierungen, auch behindernde Glaubenssätze genannt, aufgedeckt und korrigiert werden. Dann darf das Leben wieder leicht sein!

Wie man über die Ohrreflexzonen helfen kann, und wie das mit den Ohren genau funktioniert, lesen Sie in diesem Heft.

Lesen Sie auch, wie Hebammen mit dieser Methode helfen können, am Fall einer Geburt, die fast zum Notfall wurde!

Mit den besten Wünschen für stabile Gesundheit,
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 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.

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 enthalten nur allgemeine Hinweise und dürfen nicht zur Selbstdiagnose oder -behandlung verwendet werden. Sie können einen Arztbesuch nicht ersetzen.

Plazenta löst sich nicht! Ohrakupunktur als Rettung bei der Geburtshilfe

Liebe Leser,

nach einem 2-Tageskurs „Ohrakupunktur für Hebammen“ im April dieses Jahres in meiner Praxis hatte eine der Hebammen, Manuela Poeschl-Handwerker, einen direkten Erfolg in einem Notfall. Sie schrieb nachts noch in unsere Gruppe, dass sie direkt im Anschluss im Nachtdienst eine Geburt begleitet hätte, und die Plazenta sei nicht gekommen. Über eine Stunde nicht. Löst sich die Plazenta trotz Kontraktionen des Uterus nicht, versucht der Körper durch verstärkte Blutungen die Plazenta „rauszuspülen“. Und zwar bis zum bitteren Ende. So ein Blutverlust kann gefährlich werden. Manchmal ist der Uterus aber auch schlapp und kann die Plazenta deshalb nicht ausstoßen. Das ist auch für Nicht-Hebammen und Laien leicht zu begreifen.

Der Oberarzt wurde gerufen und wollte schon die Narkose für eine operative Entfernung der Plazenta einleiten.

Die tatkräftige Hebamme benutzte ihr Punktsuchgerät – was wir zum Auffinden von aktiven Ohrpunkten verwenden – und fand einen aktiven Punkt im Bereich der Nervenzuleitung des Uterus. Sie setzte an dieser eine Nadel - aber sehen Sie selbst...

Ich jedenfalls war hin und weg, dass eine Hebamme sofort anwendet, was sie am gleichen Tag gelernt hat!!
Großer Respekt von mir!

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



© privat

Bericht der Akupunktur-Hebamme Manuela aus dem Nachtdienst:

38-jährige 5G/4P, 38+5 SSW, Zustand nach 3 Spontangeburt, noch nie Schwierigkeiten in der Nachgeburtsphase (Plazenten kamen immer spontan und vollständig nach ihren bisherigen Geburten), hat nach Einleitung mit Augusta und Ballonkatheter (Wunscheinleitung wegen maternaler Erschöpfung und weil Mann am Wochenende wegfahren muss) am Abend gegen 20:30 Uhr Wehentätigkeit entwickelt. Gegen 22:30 Uhr (6 cm Muttermundsweite) wünschte sich die Frau eine PDA, die sie kurz darauf auch bekam. Geburt eines fidelen, männlichen Neugeborenen (Apgar 10/10/10, pH Art. 7,22 BE: -6.0)
5 Min. nach Geburt Gabe von 3IE Oxytocin i.v. (+4 ml NaCl)
10 Min. nach Geburt erste stärkere Blutung, Plazentalösungszeichen jedoch negativ.

Weiteres Abwarten.

25 Min. nach Geburt 1xKatheterurin

30 Min. nach Geburt nochmalige Gabe von 3IE Oxytocin

Nochmal abwarten

35 Min. nach Geburt 1000 ml Jonosteril +10 IE Oxytocin im Infusomaten auf 100 ml/Std., da Frau immer noch verstärkt blutete.

Bauchmassage u.a. hat nicht geholfen, Lösungszeichen immer noch negativ.

50 Min. nach Geburt Info an Oberarzt

Da fiel mir die gestrige Fortbildung ein. Ich hatte die Perma-Klick Dauernadeln und das Punktsuchgerät dabei, weil meine Kollegin Anne mir den Lungenpunkt nochmal am Ohr stechen sollte.

Ich holte den Ohratlas [1], schlug Seite 115 auf, überprüfte, ob Punktsuchgerät links (weil Linkshänderin?) anschlägt und stach ihr eine Dauernadel in Gold (Abb.1)

Unfassbar: Die Plazenta kam spontan und vollständig 10 Min. nach Legen der Dauernadel, die Blutung wurde in dieser Zeit weniger.



Abb.1 Nadel im Bereich des Rückenmarks mit Zuleitung zum Uterus

© Hebamme

Ich ärgere mich etwas, dass ich da nicht früher draufgekommen bin. Die Frau hatte einen Blutverlust von 1100 ml. Sie ist jedoch kreislaufstabil, geht alleine auf Toilette und fühlt sich gut.

Die Gefahr bei der protrahierten Plazentaphase liegt beim hohen Blutverlust.

Die Anästhesie war verständigt, und wenn die Plazenta nicht gekommen wäre, wäre der nächste Schritt die manuelle Plazentalösung in Narkose gewesen. Der Oberarzt kam, sagte der Frau, dass er noch einen Versuch startet, die Pla-

zenta zu gewinnen, und siehe da....Plazentageburt 1 Std. und 4 Min. nach Geburt des Kindes.

[1] Strittmatter B.: Taschenatlas Ohrakupunktur nach Nogier/Bahr, Thieme Verlag, Stuttgart, 7. Auflg.

Manuela Poeschl-Handwerker

97437 Haßfurt/Bayern/Unterfranken

Ich arbeite in den Haßberg-Kliniken in Haßfurt.

manuela.poeschl-handwerker@hassberg-kliniken.de

manuela.handwerker@gmx.de



© privat

Was negative Glaubenssätze uns antun

Mit unserer Lebensenergie ist das so ähnlich wie mit dem Geld: Man kann nicht unendlich viel davon ausgeben. Und wenn eine starke Emotion viel Energie bindet oder ein Konflikt viel Energie verbraucht, um überhaupt ertragen zu werden, bleibt für die Immunabwehr und die ganz normalen gesunden Körperfunktionen oft nicht mehr genug übrig. Die meisten meiner Patienten suchen mich also gerade **nicht** wegen negativer Glaubenssätze oder eines Paarproblems auf. Sondern wegen Schmerzen, Allergien, Migräne, Rheuma und seltsamen Beschwerden, die man schulmedizinisch bisher nicht einordnen konnte.

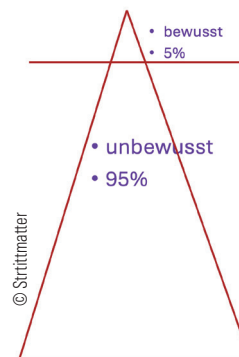
Negative Glaubenssätze, aufgeschnappt oft in der Kindheit, behindern viele Menschen, wirklich glücklich und frei zu leben. Dadurch entstehen meist unbewusst Wut und Trauer, die schwer adressiert werden können und scheinbar grundlos die Gesundheit über die betroffenen Organsysteme stören. Für uns als medizinische oder psychologische Behandler sind solche behindernde Glaubenssätze ein absolutes Therapiehindernis, d.h. wir können noch so gute naturheilkundliche Behandlungen durchführen – und kommen dennoch langfristig nicht weiter.

In der Regel stecken Annahmen über uns und das Leben dahinter, die uns nicht einmal bewusst sind, ebenso Selbst-Urteile und Selbst-Bilder (Glaubenssätze). Diese steuern unser Verhalten und wir nehmen magischerweise immer wieder denselben Ausgang oder holen nach Misserfolgen immer wieder nach dem gleichen Muster Anlauf. Erst nach mehreren Wiederholungen der gleichen Geschichten oder Misserfolge oder der gleichen Probleme in Partnerschaften kommen manche dahin, zu erkennen, dass es offenbar eine heimliche Dynamik im Leben geben muss, die uns immer wieder alles wiederholen lässt.

Glaubenssätze sind tief verwurzelte Überzeugungen, die unser Denken, Fühlen und Handeln maßgeblich beeinflussen.

Ich konnte aber auch beobachten, dass allein das **Verstehen** der Zusammenhänge der eigenen Behinderungen durch negative Glaubenssätze nicht immer zu einer deutlichen Verbesserung des Lebens geführt hat. Heute weiß ich warum:

Wissenschaftler haben herausgefunden, dass der Mensch nur zu einem sehr kleinen Teil seiner Selbst wirklich bewusst ist – nur zu 5%! Der Rest – also dann ca. 95% - ist unbewusst!



Glaubenssätze sind im Unbewussten verankert, oft sehr tief. Auch wenn wir mit den 5% Bewusstsein verstehen was los ist, kommen wir meistens nicht wirklich dran. Unbewusst gegen Bewusst – das geht in der Regel nicht so gut aus und der Stärkere gewinnt meistens.

Außerdem: Wenn „Ich bin nicht gut genug“ z.B. – eine Annahme über Dich selbst ist seit Jahrzehnten, dann hast Du bis hierhin täglich erlebt, dass dieser Satz irgendwie wahr war. Denn er stand auf Deiner Stirn, man hat ihn gelesen und Dir „erfüllt“, Du bekamst deshalb Stress, das wiederum erzeugte Deinen täglichen Spiegel an Kortison – und das wiederum kann süchtig machen. Und wenn Du noch nicht süchtig bist, dann ist die Gewohnheit, Dich als nicht gut genug zu fühlen, Dir so vertraut – es ist quasi Deine vertraute Lebensumgebung, Deine Heimat geworden!

Und nach dem Motto

Lieber ein bekannter Konflikt als eine unbekannte Lösung

bleibst Du eben lieber in Deinem emotionalen „Zuhause“. Auch wenn Unangenehmes Dein Leben täglich überschwemmt – oder vielleicht irgendwann gerade deswegen...?

Es gibt eine ähnliche bekannte Aussage von **Virginia Satir**:

*“People prefer the certainty of misery to the misery of uncertainty.”
(Menschen ziehen das sichere Elend dem Elend der Unsicherheit vor.)*

Oder wie eine Freundin kürzlich sagte:

Bleib mir weg mit Deiner Lösung, sie könnte mein Problem gefährden.

Als ich erkannte, dass ich solche tief liegenden und fest verankerten Glaubenssätze über die Ohrreflexzonen löschen kann, hat meine Arbeit in der Praxis sich sehr verändert.

Und erfreulicherweise scheint es, als würde das Bewusstsein für eine solche Arbeit immer größer werden unter den Menschen. Das wiederum zeigt für mich ganz klar, dass unsere gesellschaftliche Entwicklung eine Gute ist!

Ein kleines Beispiel aus meiner Praxisarbeit mag das verdeutlichen:

Eine junge Frau, 24 Jahre, beklagt sich, dass sie von ihrem sozialen Umfeld ausgegrenzt und nicht beachtet wird. Und dabei wäre sie doch immer so hilfsbereit, würde viel für andere tun, sich viele Kummergeschichten anhören. Sie versteht das nicht. Gleichzeitig verdoppelt sie ihre Anstrengungen, um es noch besser zu machen. Erst die Erschöpfung, die ihr auch ein körperliches Symptom verursacht hat, treibt sie in meine Praxis. Was war hier los?

Ich würde sagen, es war etwas sehr Typisches – sie war der Meinung, sie müsse erst geben, um dann auch etwas zurückzubekommen. Sie war außerdem der Meinung, um geliebt zu werden, müsse man sich anstrengen, es sich erarbeiten.

Es lagen u.a. folgende Glaubenssätze vor, die sie in ihrem sozialen Umfeld sehr behinderten und immer wieder frustrierten:

- Um geliebt zu werden, muss ich erst geben
- Liebe muss man sich verdienen
- Geliebt wird man nur, wenn...
- Um dazugehören, muss ich mich anstrengen und dauernd etwas einbringen
- Ich bin nicht wichtig genug, um eingeladen zu werden
- Ich bin nicht gut genug, um gehört/gefragt/gesehen zu werden.

Diese heftigen negativen Glaubenssätze wirkten wie Viren auf ihrer Festplatte, was alle ihre sozialen Interaktionen be-

hinderte. Die bisherigen schlechten Erfahrungen standen ihr schon quasi auf der Stirn geschrieben – „geht vorbei, ich gehöre eh nicht dazu oder so **ähnlich....**“

(Wenn Sie Mutter oder Vater sind, dann wird Ihnen vielleicht auffallen, dass Sie einen Teil dieser Glaubenssätze bei Ihrem Kind vielleicht selbst durch die Erziehung oder Ihre eigenen Ängste verursacht haben. Mir jedenfalls fiel das für mich als Mutter auf....)

Ich ließ die junge Frau sagen:

- Ich darf dazugehören
- Ich bin so wie ich bin gut
- Ich bin gut genug
- Ich muss nichts tun, um geliebt zu werden
- Meine Meinung ist wertvoll und wichtig
- Ich darf gesehen werden
- Ich bin bereit, mich zu zeigen

Das Aufsagen allein reicht natürlich nicht. Da sie ja bei all diesen Sätzen vom Gegenteil überzeugt war, gab ihr Gehirn über die Ohrreflexzonen jedes Mal ein klares Nein zur Kenntnis. Auf diese Weise konnte ich ihr diese Glaubenssätze, wo immer sie hergekommen waren, ob durch Erziehung, Schule oder sonstiges, löschen.

Woran man diese Löschung ablesen konnte? Schon zur zweiten (!) Sitzung kam sie

mit einem Strahlen: alles hatte sich verändert – alles! Sie durfte dazu gehören, ihre Meinung im Reitstall wurde gehört (und sie hatte bei wichtigen gesundheitlichen Dingen aufgrund ihrer großen Erfahrung und auch ob einer guten Intuition tatsächlich recht). Sie wurde eingeladen, einbezogen und gewertschätzt. Solche Erlebnisse festigen natürlich das Selbstvertrauen und es kommt zur Umkehrung des bisherigen Dramas in die natürliche Erwartung und Annahme, dass es eben jetzt auch in der Zukunft so sein wird.

Man könnte auch sagen:

Nimm den Fuß von der Tür – dann kommst Du auch durch!
B.Strittmatter

Interessant: „Ich bin bereit, mich zu zeigen“ hatte die junge Frau ebenfalls mit einem Nein beantwortet! Wie bitte schön soll man gesehen werden (was man sich ja so sehr wünscht, wenn man es eigentlich gar nicht will, weil man vielleicht Angst davor hat? In der Regel ist uns diese Angst aber nicht bewusst, sodass wir uns immer wieder neu anstrengen, zu erreichen, wovor wir eigentlich Angst haben. Völlig verrückt, oder? Zumal der stärkere Wunsch sich immer (**immer!**) durchsetzt.

Vielleicht sind auch Sie oder Ihre Kinder betroffen? Schauen im Artikel „Die Sache mit dem Ohr“ gerne nach, wie das Löschen über die Ohren funktioniert.

Und vielleicht möchten Sie sich am Ende selbst noch diese Fragen stellen:

Was würdest Du tun, wenn Du keine Angst hättest?

Was würdest Du tun, wenn Du wüsstest, dass es auf jeden Fall klappt?

Was würdest Du tun, wenn es Dir leicht fiel?

Ihre Dr. Beate Strittmatter

Dr. Beate Strittmatter

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



© privat

Die Sache mit dem Ohr

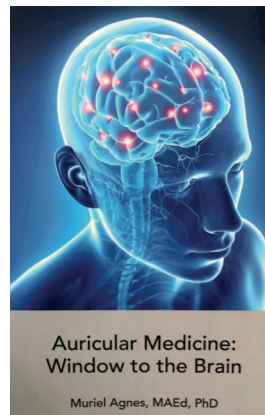
Nach über 40 Jahren als Allgemeinärztin, Sportärztin und Ärztin für Naturheilverfahren und Akupunktur werde ich manchmal gefragt, was das Wichtigste war, das ich in meinem Arzt-Sein gelernt hätte. Ich würde lieber fragen: Was war so wegweisend, so zwingend, dass ich es nicht übersehen konnte? Wenn man einmal voraussetzt, das auch ich all die Jahre das aktuelle allgemeinmedizinische Wissen durch Fortbildung und Anwendung genährt und aktualisiert habe, waren es die Möglichkeiten, die die Ohrreflexzonen bieten – den direkten Zugang zum Gehirn und damit zum Körper. Als mir schon bei der ersten Fortbildung vor vier Jahrzehnten bewusst wurde, dass man hier nicht nur Schmerzen und Allergien behandeln kann, sondern dass hier auch eine genaue Diagnose der Ursachen von vielen Krankheiten möglich ist, war ich sofort fasziniert und wollte das lernen. Zum Glück erlaubte mein Chef damals in der Orthopädischen Klinik, dass ich das Gelernte sofort umsetzen durfte, mit Patienten aus der Klinik und solchen, die wegen dieser neuen Methode von weither zu uns kamen.

Vielleicht haben Sie noch nie gehört, dass am Ohr der ganze Körper als Reflexzone abgebildet ist? Es gibt nicht nur Reflexzonen am Ohr, sondern auch noch an einigen anderen Körperstellen. Wir sind an diesen Stellen (Hände, Füße, Stirn, Schlüsselbein, Vagina, Mund) komplex und vollständig, sozusagen exakt holografisch abgebildet.



Die Reflexzonen am Ohr, aus [1]

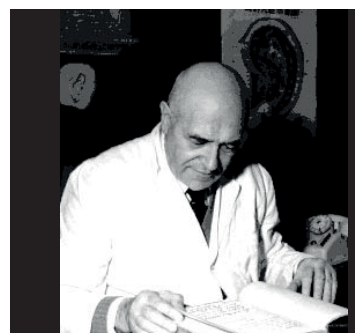
Quelle: Strittmatter B.; Pocket Atlas Earacupuncture, A Precise Pocket Atlas, 2.Auflg. 2015, Thieme Verlag



Hier ist ein Bild, was diesen direkten Zugang sehr schön zeigt. Es stammt aus der Doktorarbeit der Kollegin Dr. Muriel Agnes aus Kanada, die unsere Schwesterschule dort geleitet hat (www.integrateauricular.ca).

Niemand weiß, warum der Schöpfer uns an verschiedenen Stellen unseres eigenen Körpers so präzise nochmals abgebildet hat. Von allen Reflexzonen ist das Ohr eine besonders praktische Reflexzone, weil von dort direkt die Nerven das Gehirn erreichen. Es ist quasi der schnellste „Zugang“ zum Gehirn und damit zum Körper. Dies konnte durch MRT bereits nachgewiesen werden.

Diese Methode wurde vor allem durch den französischen Arzt Paul Nogier bekannt, der in den 1950er-Jahren beobachtete, dass bestimmte Stellen am Ohr bei bestimmten Erkrankungen druckempfindlich waren. Er entwickelte dar-



•Dr. Paul Nogier, Lyon

•*1908 † 15. Mai 1996

•Weitere Studienggebiete:

•Physik, Homöopathie,
Chirotherapie

© Deutsche Akademie für Akupunktur

aus eine Art „Landkarte des Ohrs“, die bis heute verwendet wird.

Auf diesen Erkenntnissen aufbauend entwickelte Prof. Frank R. Bahr die Ohrakupunktur so weiter, dass sie heute weltweit gelehrt wird (www.akupunktur.de)

© Deutsche Akademie für Akupunktur



- Prof. mult. h.c./China Dr. Frank R. Bahr
- Schüler von Paul Nogier
- Seniorprofessur und verschiedene Gastprofessuren an chinesischen Universitäten

Prof. mult. h.c./China Dr. Frank R. Bahr
Seniorprofessur und verschiedene Gastprofessuren an chinesischen Universitäten

Immer wenn Beschwerden am Körper auftreten, wie z.B. Arthrose oder Bauchschmerzen oder Migräne, erscheinen am Ohr im zugehörigen Bereich dieser Landkarte „elektrisch aktive“ Punkte.

Diese sind nicht nur elektrisch verändert, sondern auch druckschmerzhaft. Ärzte und Therapeuten nutzen ein sogenanntes Punktsuchgerät, um diese elektrisch aktiven Punkte zu finden und zu stimulieren – entweder mit Nadeln oder Magnetkügelchen oder, noch besser, da schmerzfrei, mit dem Laser. Ein ganz gesunder Mensch hat keine elektrisch veränderten Punkte am Ohr.

Die Ohrakupunktur kann nicht nur eine sinnvolle Ergänzung zu anderen Therapien sein, sie ist sogar oft die **einzige Lösung** zu einem Problem, was bisher schulmedizinisch nicht zu lösen war. In Studien hat man übrigens nachgewiesen, dass die Ohrakupunktur bei Migräne genauso wirksam ist wie Medikamente. Im Studienbericht hieß es:

Die Ohrakupunktur ist NUR genauso wirksam wie Medikamente. „Nur“? Manchmal wundert man sich. Zumal auch ganz vergessen wurde zu erwähnen, dass Medikamente eine Zeit lang den Schmerz lediglich unterdrücken, auf Dauer gefährliche Nebenwirkungen haben und manchmal auch abhängig machen können.

Ansonsten wurden in wissenschaftlichen Studien tausende Belege für die Wirksamkeit bei bestimmten Indikationen wie z. B. chronischen Schmerzen oder Stress gefunden.

Speziell zur Ohrakupunktur ergibt schon eine einfache Suche nach dem Begriff „auricular acupuncture“ derzeit über 1.000 Treffer. Diese Studien decken ein breites Spek-

trum an Themen ab, darunter Schmerzbehandlung, neurologische Erkrankungen, psychische Gesundheit, Schlafstörungen, Fertilität und mehr (<https://ogka.at/studien/>).

Wenn jemand ein **Trauma** erlebt hat, und er erinnert sich daran, dann findet man am Ohr die Zonen und Strukturen des Gehirns, wo die Erinnerung abgespeichert ist. Es gehören natürlich auch Gefühle dazu, aber ohne die Erinnerung im Gehirn könnten wir uns eben nicht daran erinnern.

Verdrängung in akuten Situationen ist für die seelische Gesundheit oft von großer Wichtigkeit. Auf Dauer kostet dieser Vorgang jedoch Kraft. Man stelle sich vor, man solle im Sommer in einem See einen luftgefüllten Wasserball so unter Wasser halten, dass man ihn nicht sieht. Da braucht man beide Hände. Das kostet Kraft.

Und man kann mit den Händen in der Zeit nichts anderes tun, als festzuhalten.

Das Erlebte verlangt jedoch eine Aufarbeitung oder Lösung, damit der betroffene Mensch wieder mit voller (und auch neuer) Kraft weiterleben kann.

Kann man ein Trauma löschen? Ja, das geht.

Wie bei körperlichen Beschwerden sind auch hier die Ohrreflexzonen nutzbar, um die von der Trauma-Erinnerung betroffenen Gehirnregionen zu erreichen und damit die Aktivität der heftigen Emotionen zu dämpfen (Nadel oder vorzugsweise Laser) – man entkoppelt damit das Trauma emotional – die Erinnerung darf bleiben, das Gefühl muss gehen.



Wenn der Therapeut alles richtig gemacht hat, dann kann der Patient in der Regel die starken Gefühle des Traumas nicht mehr aufrufen. Er sagt dann z.B.

- „Ich komme nicht mehr dran, auch wenn ich mich anstrenge“ oder
- „Es verschwindet im Nebel“ oder
- „Es verschwindet hinter einem Vorhang“ oder
- „Es ist, als wäre ich nur dabei, aber nicht betroffen“

Alle diese Sätze zeigen: es ist vorbei. Der Mensch kann sich noch erinnern, aber die Gefühle zu dieser Erinnerung können nicht mehr aufgerufen werden.



Ein junger Mann wird angeleitet, am Ohr selbst druckschmerzhafte Stellen zu suchen, um die Behandlung zuhause zu unterstützen. Sein Daumen befindet sich im Bereich des sogenannten limbischen Systems (eine Region für unsere Ur-Gefühle) und der Zeigefinger im Bereich der inneren Areale des Gehirns).

nen sozialen Beziehungen, mit seiner Gesundheit, mit seinen Finanzen, in seinem beruflichen Fortkommen.

- Die junge Frau aus dem Fallbeispiel im Artikel „Was Glaubenssätze uns antun“ hatte ja das Problem, dass sie von Freunden und Gruppen einfach nicht angenommen wurde. Und das machte ihr so viel aus, dass sie krank wurde. Mit ihr zusammen fand ich ihre behindernden Glaubenssätze und konnte sie löschen (bitte nachzulesen in diesem Heft im Artikel „Was Glaubenssätze uns antun“).

Nutzen Sie diese Möglichkeiten auch für sich! **Ärzte** die Ohrakupunktur ausführen, finden Sie auf <https://www.akupunktur.de/patienten.html>

Und wenn Sie lernen möchten, wie Sie selbst Ihre eigenen Glaubenssätze nicht nur finden, sondern auch selbst behandeln können, sehen Sie hier: <https://www.neuroreset.io>

Alles Gute!

Wie finde ich jetzt einen negativen Glaubenssatz?

- Ich finde mit dem Patienten/Klienten zusammen heraus, was es sein könnte, womit er sich täglich behindert in sei-

Dr. Beate Strittmatter

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



Vorschau auf Ausgabe 3/2025

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, **dass** sie wirkt, sondern auch **wie**.



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