

Wie funktioniert die Behandlung?

Sie setzen sich zur Behandlung bequem auf einen Stuhl und reinigen zu Beginn mit einem Tupfer die Ohrmuscheln. In jede Ohrmuschel werden maximal fünf Nadeln, etwa zwei Millimeter tief, gesetzt; mitunter ist ein leichter, aber gut auszuhaltender Schmerz zu spüren. Der Akupunkteur zeigt Ihnen, wie Sie sich mit Hilfe Ihres Atems dennoch entspannen können.

Gelegentlich kann sich an der der Akupunkturstelle eine leichte Rötung zeigen. Bitte lassen Sie diese vorsichtshalber von einem Arzt anschauen und, falls nötig, auch behandeln. Äußerst selten können Kreislaufreaktionen oder Kopfschmerzen auftreten. In diesem Fall werden die Nadeln ganz oder teilweise wieder entfernt.

Wenn man keine Nadeln setzen möchte, können alternativ auch Ohrkügelchen zur Akupressur, also zur Stimulation der Akupunkturpunkte durch Druck, verwendet werden. Die kleinen, vergoldeten, auf einem Pflaster befestigten Kügelchen aus Metall werden auf das Hautareal geklebt und verbleiben dort bis zu einer Woche.

Zusammen mit anderen Patienten sitzen Sie etwa 40 Minuten im selben Raum. Bitte essen, trinken oder lesen Sie unter der Behandlung nicht und laufen Sie mit den Nadeln im Ohr bitte auch nicht im Raum umher. Es ist ratsam, vor der Behandlung zur Toilette zu gehen.

Akupunktur (nach NADA-Protokoll)

Akupunktur nach dem NADA-Protokoll (**N**ational **A**cupuncture **D**etoxification **A**ssociation) ist eine Behandlung, die am staatlichen Lincoln Hospital in der Bronx/New York entwickelt wurde und die sich neben den USA und Deutschland derzeit in mehreren europäischen Ländern durchsetzt. Viele Tageskliniken und Ambulanzen sowie Praxen, Beratungsstellen und Krankenhäuser in Deutschland behandeln bereits erfolgreich mit dieser Form der Akupunktur.

Akupunktur nach dem NADA-Protokoll ist eine Ohrakupunktur und eignet sich besonders für Menschen, die erheblich unter Stress, Schlafstörungen oder an „innerer Unruhe“ und Gereiztheit leiden. Akupunktur wirkt bei bekannten Suchtstoffen, wie Alkohol, Methadon, Heroin, Kokain, Crack, Cannabis oder Nikotin, so dass ein Entzug von diesen Stoffen wesentlich besser auszuhalten ist. Auch bei anderen Suchtformen wie Ess- oder Spielsucht stellt Akupunktur eine ergänzende Therapie dar.

Akupunktur kann zudem Störungen im allgemeinen Wohlbefinden, Ängste und Depressionen lindern und regulieren, sie wirkt entspannend, fördert allgemein Wachheit und Konzentration.

Die inneren Selbstheilungskräfte basieren nach der traditionell chinesischen Medizin auf der Lebensenergie, dem sogenannten Qi (Chi). Demnach ist Qi die Quelle aller Bewegungen. Sie schützt den Körper durch Abwehr, wärmt ihn, bewegt das Blut und ist gleichzeitig auch Quelle für jegliche Umwandlung und Transformation.

Das Qi besteht aus zwei Komponenten, dem Yin und dem Yang. Bei der Nikotinentwöhnung beispielsweise geraten das Yin und Yang aus dem Gleichgewicht, was sich durch bekannte Symptome bemerkbar macht. Die Akupunktur stimuliert das Qi, so dass ein Gleichgewicht zwischen Yin und Yang begünstigt oder wieder hergestellt wird.

Psychiatrie, Psychotherapie, und Psychosomatik



Akupunktur nach NADA

Akupunktur nach NADA

- Akupunktur ist eine Behandlungsmethode, die auf der traditionellen chinesischen Heilkunde basiert.
- Ausgangspunkt ist das Prinzip, dass es im menschlichen Körper verschiedene Formen von Energie gibt, die sich miteinander im Gleichgewicht befinden.
- Wenn dieses Gleichgewicht gestört wird, treten Beschwerden auf.
- Mit kleinen Nadeln, die an verschiedenen Stellen des Ohres angesetzt werden, wird der Energiestrom positiv beeinflusst.
- Dadurch wird die gestörte Balance wiederhergestellt und die Beschwerden werden gelindert oder verschwinden.
- Akupunktur reduziert Stress, fördert Entspannung, innere Ruhe und Konzentrationsfähigkeit.
- Der natürliche Schlafrhythmus stellt sich wieder ein.
- Akupunktur regt die körpereigene Endorphinproduktion an und vermindert das Suchtverlangen.
- Akupunktur ist eine nonverbale Art von Therapie.

Die fünf Ohrpunkte

Vegetativum (51): Ausgleich vegetativer Funktionen wie übermäßiges Schwitzen, Durchfall, Verstopfung, Herzrasen, Blutdruckschwankungen, Zittern, Schmerz- und Schlafregulationsstörungen.
Seelisch-geistige Modalität: Nachdenken/,Grübeln'.

Shen Men (55): (,Tor des Geistes, Tor zur Seele') Belebt, entspannt und klärt den Kopf, fördert die Wachsamkeit und Aufmerksamkeit. Wirkt antidepressiv.
Modalität: Freude.

Nierenpunkt (95): Erneuerung, Regeneration und Reaktivierung nach Erschöpfung. Die Niere bewahrt und schützt die Lebensenergie. Sie fördert die Entwicklung, reaktiviert Energie und unterstützt die innere Struktur der Person und ihren Willen (Willenskraft).
Modalität: Angst.

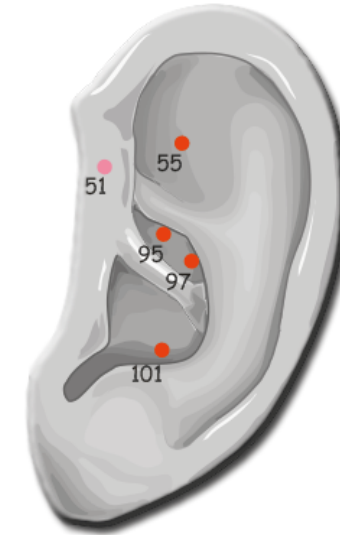
Leberpunkt (97): Stoffwechsel, Bewegung und Emotion im Fluss halten. Beweglichkeit, Entscheidungskraft und Muskelfunktionen unterstützen. Aggressive Emotionen im Fluss halten, sich wehren und sich abgrenzen können.
Modalität: Entscheidungskraft und Beweglichkeit, Wut/Zorn.

Lungenpunkt (101): Ausscheidung, Austausch, Atmung, Loslassen und Abschiednehmen. Förderung von Trauer und dem „Loslassen können“.
Modalität: Trauer.

Zwei zusätzliche Akupunkturpunkte können die Therapie ergänzen:

Du mai 20: Auf der Sagittallinie des Kopfes fünf Zentimeter vom vorderen Haaransatz; hebt das zentrale Qi, beruhigt den Geist und klärt die Sinne.

Yintang: Liegt zwischen den Augenbrauen; öffnet Lunge und Nase, begünstigt die Aufnahme des Atem-Qi.



Vegetativum (51)

- Untere Anthelixwurzel am Schnittpunkt mit der Helix

Shen Men (55)

- Unter dem oberen Ast der Anthelix nahe dem Schnittpunkt der beiden Anthelixäste

Niere (95)

- Mitte der oberen Hemiconcha

Leber (97)

- Obere Hemiconcha oberhalb der Helixwurzel

Lunge (101)

- Im unteren Teil der Ohrmuschel