

Chronische Schmerzen

Die Leiden schmerzgeplagter Patienten dauern oft jahrelang. Wenn die Schulmedizin ihren Fall als hoffnungslos aufgibt, hilft jedoch oft die Komplementärmedizin weiter. Auch hier gibt es verschiedene Möglichkeiten, die Gesundheit wieder in den Griff zu bekommen und Schmerzen zu lindern. Einige der wichtigsten Heilverfahren stellen wir auf den folgenden vier Seiten vor.

WEITERE INFORMATIONEN

Für die Kostenübernahme der Akupunktur kommt bei entsprechender Qualifikation des Arztes die Grundversicherung auf. Für die Schröpf- und Neuraltherapie braucht es eine Zusatzversicherung. Die Behandlung mit Blutegeln muss selbst bezahlt werden, da ein lebendes Tier nach schweizerischem Heilmittelrecht keine Arznei ist. Man sollte sich vor Beginn einer komplementärmedizinischen Therapie bei seiner Krankenkasse betreffend Kostengutsprache erkundigen.

Weiterführende Informationen:

Aeskulap Klinik, Brunnen SZ: www.aeskulap.com
 MediQi-Zentren für Traditionelle Chinesische Medizin, Chur: www.mediqi.ch
 Schweizerische Ärztesgesellschaft für Neuraltherapie nach Huneke:
www.neuraltherapieschweiz.ch
 Assoziation Schweizer Ärztesgesellschaften für Akupunktur und chinesische Medizin:
www.akupunktur-tcm.ch
 Mehr erfahren Sie auch im Gesundheitslexikon unter: www.gesundheitsprechstunde.ch



Blutsauger. Hat Dr. Hans P. Ogal den Blutegel angesetzt, muss Christina Bauer warten, bis er sich vollgesogen hat (etwa 15 ml Blut) und nach rund 30 Minuten abfällt.

Foto: Christof Schürpf

Christina Bauer, 54, Schmerzpatientin:

«Meinen Ekel vor Egel habe ich schnell überwunden»

Mit «Igit» reagieren die meisten beim Anblick von Blutegeln. Dabei sind die Verwandten des Regenwurms seit Urzeiten nützliche medizinische Helfer. Nach Jahren der Vergessenheit hat nun die Medizin die Blutegel-Therapie wieder neu entdeckt.

VON ANGELA FÄSSLER

«Na, wirst du nun endlich beiessen!» Das Machtwort, das Dr. Hans P. Ogal, 43, spricht, scheint den Blutegel nicht zu kümmern. Seit einer Viertelstunde weigert sich das Tierchen hartnäckig, seine Arbeit zu verrichten. Schliesslich kommt es zurück ins Glas, und ein anderes beisst an seiner Stelle zu.

ES IST BLOSS EIN KLEINER PIKS, den Christina Bauer, 54, aus Altdorf UR dabei spürt. Sie bleibt ruhig. «Beim ersten Mal konnte ich nicht hinsehen», sagt sie und lächelt. «Meinen Ekel habe ich schnell überwunden. Denn meine Schmerzen im linken Ellbogen waren danach wie weggeblasen.» Nun befindet sich die medizinische Praxisassistentin erneut auf der Behandlungsliege von Dr. Ogal, dem Leiter der Schmerztherapie der Aeskulap Klinik in Brunnen SZ.

Diesmal ist es ihr rechter Ellbogen, der seit Monaten schmerzt und ihr sogar schlaflose Nächte beschert. Die Ursache ist eine Sehnenverletzung, die sie sich durch eine Überbelastung zugezogen hat. In der Umgangssprache wird das Leiden auch Tennis-, Golf- oder – wenn Computerarbeit die Ursache ist – Mausarm genannt. «Alles habe ich ausprobiert, nichts hat geholfen», erzählt sie. Dann schlug ihr Dr. Ogal eine Behandlung mit Blutegeln (*Hirudo medicinalis*) vor.

Diese Therapie ist keine Erfindung der Neuzeit. Bereits 1000 Jahre vor Christi Geburt wurden im Industal (Pakistan) Blutegel für medizinische Zwecke gezüchtet. Mit der Aderlass-Euphorie verbreitete sich das Heilverfahren in ganz Europa und erreichte im 19. Jahrhundert seinen Höhepunkt. Im Jahr 1854 wurden allein in Frankreich 57 Millionen Blutegel verbraucht. Anfangs des 20. Jahrhunderts geriet die Therapie dann mehr und mehr in Vergessenheit.

«Blutegel erleben eine Renaissance», sagt Dr. Ogal. Die Palette der Indikationen ist gross: Der stellvertretende Chefarzt und Fachbuch-Autor empfiehlt eine Hirudo-Therapie vor allem bei Schmerzen in den Knie- und Ellbogengelenken, bei Arthrose, wiederkehrenden Venenentzündungen, Ohrensäusen, Gesichtsfurunkeln und bei Schmerzen nach einer Thrombose. Heutzutage setzen sogar plastische Chirurgen Blut-

egel bei Blutergüssen und zur Blutungsverbesserung nach Transplantationen ein. Denn die Sauger haben viele positiven Eigenschaften.

SIE STAMMEN AUS DER FAMILIE DER RINGELWÜRMER und sind alles andere als blutrünstig. Von einer einzigen Mahlzeit leben sie bis zu einem Jahr. Wenn sie können: Denn die Ärzte müssen die kleinen Helfer, die von Zuchtfarmen stammen, nach ihrer «Henkersmahlzeit» aus hygienischen und gesetzlichen Gründen töten. Möglichst sanft. In der Aeskulap Klinik werden sie alkoholisiert und danach im Alkohol ertränkt.

«Blutegel saugen nicht nur gestaut Blut und Entzündungsstoffe ab, sie befördern mit ihrem Speichel auch nachweislich pharmakologische aktive Substanzen in unseren Körper», erklärt Ogal. «Dazu gehört Hirudin mit seiner gerinnungshemmenden Wir-



Heilsame Bisse.

Blutegel beiessen sich nur mit dem vorderen Saugnapf fest. Ihr Mund enthält drei sternenförmige Kiefer mit je zirka 80 Kalkzähnen.

kung, das die Fliesseigenschaft des Blutes verbessert. Hinzu kommen entzündungshemmende Wirkstoffe.»

Die Resultate der jüngsten Untersuchungen lassen aufhorchen. So verspürten laut einer deutschen Studie 80 Prozent der Patienten mit Kniearthrose nach der Blutegelbehandlung eine Linderung ihrer Schmerzen. Rund ein Drittel kam selbst nach einem Jahr noch mit deutlich weniger Schmerzmitteln aus.

Keine Schmerzmittel mehr nimmt Dr. Ogals nächste Patientin, Friedegard Ziegler, 69, aus Uster ZH. Sie hat wegen ihrer Schmerzen und ihrer Arthrose eine jahrelange Spital-Odyssee hinter sich. «Jetzt geht es wieder aufwärts mit mir», sagt sie. «Dank meinen Freunden, den Blutegeln.»

WEITERE KOMPLEMENTÄRE SCHMERZTHERAPIEN

Die Neuraltherapie

Die beiden deutschen Brüder Ferdinand und Walter Huneke haben dieses Heilverfahren vor 83 Jahren entdeckt. Die Neuraltherapie dient der Behandlung gestörter Regelmechanismen im Körper. Der Arzt spritzt dabei ein örtliches Betäubungsmittel, meist die Wirkstoffe Procain oder Lidocain, und stellt dadurch die störenden Nervenimpulse für ein paar Minuten ab. Der Organismus kann in dieser Zeit beziehungsweise danach wieder seine normalen Impulse durch die Nerven senden, die Schmerzempfindung «vergessen» und die Selbstheilung ankurbeln. Der Arzt spritzt das Betäubungsmittel möglichst nahe an die Nerven oder die gestörte Nervenschaltstelle. Ist die direkte Therapie der Schmerzstelle nicht möglich, kommt die Segmenttherapie (in der Umgebung der Schmerzstelle) zum Zug. Führt diese nicht zum Erfolg, kann ein Störfeld der Auslöser sein. Diese kommen häufig im Zahn-Mund-Kiefer-Bereich vor, in der Prostata oder bei Frauen im Unterleib. Auch Narben sind oft Störfelder. Mit der Neuraltherapie unterbricht der Therapeut die negative Wirkung des Störfeldes und verbessert die Regulationsfähigkeit des Organismus. Die Neuraltherapie wird erfolgreich bei akuten und chronischen Schmerzzuständen wie Migräne sowie bei entzündlichen und degenerativen Erkrankungen (Rheuma, Fibromyalgie, Neuralgien) eingesetzt.



Das Schröpfen

Diese Therapieform existiert seit der Antike. Schröpfen funktioniert nach dem Prinzip der Ableitung und Ausleitung von Krankheitsstoffen. In der Traditionellen Chinesischen Medizin verwendet man sie häufig in Kombination mit Akupunktur. Beim Schröpfen wird in einem Glas, das auf die Haut aufgesetzt wird, ein Unterdruck erzeugt. Durch die Sogwirkung treten Blut und Gewebeflüssigkeit in das direkt unter der Haut liegende Gewebe. Dadurch wird die Durchblutung gefördert und der Abtransport von Stoffwechselprodukten verbessert. Man unterscheidet zwei Arten der Schröpftherapie: blutiges und trockenes Schröpfen. Die Gläser bleiben 5 bis 15 Minuten auf der Haut. Die häufigsten Anwendungsgebiete: Muskelschmerzen besonders im Rücken- und Nackenbereich.

Dr. René Ochsenbein, 49:

«Akupunktur ist eine ideale Schmerztherapie»

Nadelstiche statt Pillen: Immer mehr Menschen mit chronischen Leiden setzen auf die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM). Was macht Akupunktur so erfolgreich? Wie wirkt sie? Und wo sind ihre Grenzen? Rheumatologe und TCM-Experte Dr. René Ochsenbein kennt die Antworten.

Worin unterscheidet sich die chinesische Medizin von der westlichen Medizin?

Dr. René Ochsenbein: «Ziel der westlichen Medizin ist es, die biologische Krankheitsursache zu erkennen und zu beheben. TCM-Ärzte verstehen eine Krankheit als eine funktionelle Störung, die den Körper aus dem Gleichgewicht bringt. Sie versuchen, diese Disharmonie zu regulieren, indem sie die Lebensenergie wieder normalisieren.»

Was heisst dies in Bezug auf die Behandlung von chronischen Schmerzen?

«Hier ist nach Ansicht chinesischer Mediziner die Zirkulation der Lebensenergie Qi und des Blutes Xue, die beide durch die Meridiane fließen, gestört. Schmerzen interpretieren sie in der Regel als eine Blockade, einen Stau des Energieflusses. Beim chronischen Schmerz kommt häufig hinzu, dass Energien geschwächt werden.»

Was genau passiert bei der Akupunktur?

«Werden bestimmte Stellen mit den Nadeln gereizt, lassen sich die Ströme durch die Meridiane beeinflussen, ein Zuviel an Energie dämpfen oder Blockaden beseitigen. Trifft die Nadel auf den Meridianpunkt, verspüren die meisten in diesem Moment einen kleinen Schmerz. Gewisse Leute empfinden aber auch ein wohliges Gefühl, eine Art Wärme, die entlang des Meridians ausstrahlt. Dieses sogenannte DeQi-Gefühl ist wichtig für eine optimale Akupunkturwirkung.»

Wann braucht es Moxibustion?

«Dabei handelt es sich um die traditionelle Wärmebehandlung. In der chinesischen Diagnostik werden Hitze- und Kältezustände unterschieden. Yin repräsentiert die Kälte, Yang die Wärme. So liegt bei einem Überschuss des Yang ein Wärmezustand vor, bei einem Yin-Syndrom ein Zuviel an Kälte. Bei Kältesyndromen wird Moxakraut auf einer Akupunkturnadel erhitzt und Wärme in den Meridian geleitet.»

Ist die Akupunktur der Schulmedizin bei der Schmerzbehandlung überlegen?

«Sie hat Vorteile: Es kommt praktisch nie zu



Moxibustion. Erhitztes Moxakraut leitet Wärme in die Nadeln.

schweren Nebenwirkungen. Man benötigt auch weniger Schmerzmittel oder Kortison. Und Patienten mit chronischen Schmerzen haben oft vegetative Symptome wie Schwindel, Müdigkeit oder Taubheitsgefühle, die man effizient mitbehandeln kann.»

Gilt dies zum Beispiel auch für Migräne?

«In der westlichen Medizin werden aufgrund einer solchen Diagnose bewährte Medikamente eingesetzt. In der ganzheitlich orientierten chinesischen Medizin ist die Behandlung sehr individuell auf den einzelnen Patienten abgestimmt. So kann es bei Migräne sein, dass der Dünndarm-Meridian gestört ist, es kann aber auch am Nierenmeridian liegen. Hinzu kommt: Ein Organ wie die Niere ist in der chinesischen Medizin ein Symbol für einen ganzen Funktionskreis mit Beziehungen zu verschiedensten Dingen wie Sinnesorganen, Emotionen, Umwelt, Zahlen, Tieren, Jahreszeiten, ja sogar klimatischen Faktoren.»

Sie sind nicht nur medizinischer Leiter der acht MediQi-Kliniken, sondern in erster Linie Rheumatologe. Wie lässt sich eine solch komplexe asiatische Sichtweise hierzulande umsetzen?



Fotos: Ties Camerzinda, Julia Blösch

TCM-Wissen.

Für Dr. René Ochsenbein, Schulmediziner und medizinischer Leiter von acht TCM-Zentren, gehört die chinesische Meridianlehre zum Arbeitsalltag.

«In der Schulmedizin stossen wir Ärzte in der Schmerzbehandlung oft an Grenzen. Ich suchte eine Alternative zu westlichen Schmerztherapien. Die chinesische Medizin ist eine wunderbare Ergänzung. Vereinen lassen sich die beiden Sichtweisen jedoch kaum.»

Welche Schmerzen lassen sich mit Akupunktur am effizientesten therapieren?

«Funktionelle Störungen ohne wesentliche strukturelle biologische Ursachen lassen sich mit TCM sehr gut in den Griff kriegen. Dazu zählen insbesondere Kopfweh und Migräne, deren Intensität und Attacken sich bei mehr als der Hälfte der Patienten vermindern lassen. Bei unspezifischen Rückenschmerzen ist die Akupunktur unserer westlichen Medizin sicher ebenbürtig. Bei schwerwiegenden Veränderungen der Wirbelsäule wie zum Beispiel bei einer Spinalkanal-Verengung ist der Erfolg natürlich geringer.»

Lässt sich auch ein Bandscheibenvorfall mit Akupunktur behandeln?

«Als Schmerztherapie auf jeden Fall.»

Wo sind die Grenzen der Akupunktur?

«Wo strukturell schwerste Veränderungen vorhanden sind, zum Beispiel eine Diskus-

hernie mit Lähmungserscheinungen. In solchen Fällen hat sie höchstens noch eine unterstützende Funktion. Ich denke dabei auch an Tumorschmerzen, wo man den Schmerz zwar mit Akupunktur lindern kann, die Geschwulst selbst sich jedoch nicht beeinflussen lässt. Infektionskrankheiten lassen sich mit chinesischer Medizin ebenso wenig behandeln.»

Eine kürzlich publizierte amerikanische Studie kommt zum Ergebnis, dass es sich bei der Akupunktur-Wirkung um einen reinen Placebo-Effekt handeln soll.

«Dass Akupunktur bloss ein Placebo-Effekt sein soll, ist durch eine Vielzahl von Studien widerlegt. Es gibt sogar Untersuchungen, die beweisen, dass durch die Akupunktur im Hirn sogenannte schmerzlindernde Endorphine, das körpereigene Morphin, vermehrt ausgeschüttet werden.»

Der naturwissenschaftliche Nachweis, wie genau Akupunktur wirkt, ist aber bis heute nicht erbracht.

«Das stimmt. Für TCM als Erfahrungsmedizin fehlt bis heute dieser Nachweis. Die Akupunkturpunkte sind rein virtuell. Sie sind jedoch aus einer jahrtausendealten Tradition und Praxis heraus entstanden. Würde die

Akupunktur nicht wirken, gäbe es sie längst nicht mehr.»

Was macht für Sie persönlich die Akupunktur so wertvoll für die Schmerzbehandlung?

«Für mich ist die chinesische Medizin, insbesondere die Akupunktur, die ideale komplementäre Ergänzung zu unserer Schulmedizin, weil sie einen völlig anderen Ansatz hat. Für mich gibt es kein Entweder-oder: Wenn man wirklich leidet, nimmt man Medikamente und lässt Nadeln stechen.»

Interview: Angela Fässler

GESUNDHEITSSCHIFF

Die TCM-Chefärztin der MediQi-Zentren in der Schweiz, Professorin Aihua Liu, und ihr Team werden ihr medizinisches Angebot auf dem Gesundheitsschiff vorstellen. Dieses kreuzt vom 25. September bis 1. Oktober 2008 durchs Mittelmeer. Infos: www.gesundheitsschiff.ch und Gratis-Tel. 0800 11 22 33.