



Alternativmethoden: Akupunktur

Akupunktur wird in der traditionellen chinesischen Medizin seit Jahrtausenden praktiziert und erfreut sich auch seit ca. 30 Jahren in Europa zunehmender Popularität. Sie beruht auf der Vorstellung, dass die Lebensenergie auf Bahnen durch den Körper fließt und jeder Bahn ein Organ zugeordnet wird. Auf diesen Bahnen liegen Punkte, die durch feine flexible Nadeln gereizt werden und somit die gestaute Lebensenergie wieder fließen kann.

Wirkung

Bei der Raucherentwöhnung werden Suchtpunkte (in der Regel am Ohr) punktiert. Es wird durch diese Methode versucht, den Zigaretten den „Geschmack“ zu nehmen und gleichzeitig das Suchtgefühl und körperliche Entzugserscheinungen zu mindern. Die Entscheidung, nicht mehr zu rauchen, soll unterstützt werden, indem durch Akupunktur die aus dem Gleichgewicht geratenen Körperfunktionen stabilisiert werden. Der Wirkmechanismus ist unklar. In verschiedenen Studien konnte die Wirksamkeit zur Tabakentwöhnung nicht nachgewiesen werden. Auch verschiedene Techniken (Akupunktur am Ohr oder an anderen Körperstellen) waren ohne Einfluss auf den Erfolg. Bezogen auf das Rauchen konnte jedoch bislang nicht nachgewiesen werden, ob Akupunktur während der Phase der akuten Entzugserscheinung wirklich nützlich ist.

Nebenwirkungen

Nebenwirkungen und Komplikationen sind selten. Die Einstichstellen können sich gelegentlich infizieren, zudem können leichte Blutungen auftreten.

Kosten

Eine Einzelsitzung kostet ca. 45 €. Es sind zwischen 3 und 10 Sitzungen nötig. Die Kosten für Akupunktur-Behandlungen dürfen für die Indikation Tabakentwöhnung von der Krankenkasse nicht übernommen werden.



Ansprechpartner

Wenn Sie über den Einsatz der Akupunktur nachdenken, besprechen Sie dies bitte mit Ihrem Hausarzt! Zur Kontaktaufnahme und für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an folgende Ansprechpartner:

- **Stiftung Akupunktur**
Informationsbüro
Postfach 1 01
82042 Pullach
Tel.: 01805 / 255887
Fax: 01803 / 2742329
www.akupunktur.de (mit Therapeuten-Suche)
- **Deutsche Akademie für Akupunktur**
Oselstr. 25 A
81245 München
Tel.: 089 / 8145252
Fax: 089 / 8911026
www.akupunktur-arzt.de (Therapeutensuche nach PLZ und Qualifikation)
- **Forschungsgruppe Akupunktur**
Sekretariat Gisela Kraus
Schammacher Feld 31, 85567 Grafing
Postfach 1332, 85562 Grafing
Tel.: 08092 / 33467 und 08092 / 84734
Fax: 08092 / 84791 und 08092 / 84739
www.forschungsgruppe-akupunktur.de
- **Deutsche Ärztegesellschaft für Akupunktur e.V. (DÄGfA)**
Würmtalstraße 54
81375 München
Tel.: 089 / 71005-11
Fax: 089 / 71005-25
www.daegfa.de
- **Zentralverband der Ärzte für Naturheilverfahren**
Promenadenplatz 1, 72250 Freudenstadt
Tel.: 07441 / 91858 - 0
Fax: 07441 / 91858 - 22
www.zaen.org



- **Bund deutscher Homöopathen**
Tel.: 02582 / 61550
Fax: 02582 / 61508
e-Mail: info@bdh-online.de
www.bdh-online.de
- **Fachverband deutscher Heilpraktiker**
Maarweg 10
53123 Bonn
Tel.: 0228 / 611049
Fax: 0228 / 627359
e-Mail: fdh-bonn@t-online.de
www.heilpraktiker.org
- **Freier Verband deutscher Heilpraktiker**
Bundesgeschäftsstelle
Erphostrasse 23
48145 Münster
Tel.: 0251 / 136886
Fax: 0251 / 392736
e-Mail: info@fvdh.de
www.fvdh.de
- **Freie Heilpraktiker e.V.**
Sternwartstr. 42
40223 Düsseldorf
Tel.: 0211 / 901729-0
Fax: 02 11 / 3982710
e-Mail: BRSFH@t-online.de
www.freieheilpraktiker.com

Diese Liste hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit.