

„AKUPUNKTUR KANN BEI RÜCKENSCHMERZEN, SODBRENNEN, KOPFSCHMERZEN UND SCHLAFSTÖRUNGEN HELFEN“



Marcel Janson

DIE TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN (TCM) SETZT ANDERE AKZENTE ALS UNSERE WESTLICHE SCHULMEDIZIN. BEIDE RICHTUNGEN ERGÄNZEN SICH INZWISCHEN IN VIELEN ARZT- UND HEBAMMENPRAXEN. SO IST DIE AKUPUNKTUR AUS DER GEBURTSHILFE NICHT MEHR WEGZUDENKEN. AUCH SETZEN VIELE HEBAMMEN DIE MOXIBUSTION EIN.

>>> Marcel Janson ist seit 18 Jahren als Heilpraktiker niedergelassen und behandelt schwangere Frauen nach der Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin. Für den in Bonn ansässigen Fachverband Deutscher Heilpraktiker ist er als Dozent für TCM tätig. Ursula Kathhöfer hat für BabySpezial mit ihm gesprochen.

BabySpezial: Erste körperliche Veränderung bei einer Schwangerschaft ist häufig Übelkeit. Wie kann Akupunktur da helfen?

Marcel Jansen: Als Therapeuten beginnen wir bei jeder TCM-Behandlung mit einer gründlichen Anamnese mit Puls- und Zungendiagnose. Puls und Zunge geben Aufschluss über den Zustand von Qi (Lebensenergie), Blut, Yin, Yang und der Körpersäfte. Bei der Diagnose differenzieren wir nach den acht Leitkriterien Leere/Fülle, Hitze/Kälte, Yin/Yang und Innen/Außen. Sie bilden die Grundlage, um Disharmonien im Körper festzustellen.

Für die Schwangerschaftsübelkeit heißt das, dass wir jede Patientin ganz individuell betrachten. Eine leichte Übelkeit, die sich mit dem Essen bessert, lässt auf einen Magen Qi Mangel und Leere schließen. Ein Erbrechen nach dem Essen hingegen spricht für Hitze und Fülle.

Würden Sie zwei Patientinnen mit diesen unterschiedlichen Befunden bei der Akupunktur unterschiedlich behandeln?

In jedem Fall. Die Nadeln, die Akupunkteure setzen, können das Qi ableiten und dadurch entstauen. Das tun wir bei Hitze und Fülle. Sie können aber auch tonisieren, also das Qi nähren. Das hilft Frauen, die sich kalt und schwächlich fühlen.

Welche Beschwerden können außerdem mit Akupunktur gelindert werden?

Bei der Akupunktur betrachten wir zwölf Hauptmeridiane. Das sind Energiebahnen, die sich im Körper vom Scheitel bis zu den Zehen ziehen. Durch sie fließt das Qi. Die Meridiane haben auch immer einen Bezug zu einem Organ. Daher kann TCM viele Beschwerden lindern. Dazu gehören Rückenschmerzen,

Sodbrennen, Verstopfung, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Wadenkrämpfe, Schwangerschaftsödeme, Hämorrhoiden, Reizblase, Infektanfälligkeit, Nikotin-Sucht, Bluthochdruck und psychische Störungen wie Ängste.

Wie hilft Akupunktur bei der Geburt (Wehen)?

Bereits in der 34. Schwangerschaftswoche kann damit begonnen werden, den Säugling in eine vordere Hinterhauptslage zu bewegen. Ab der 36. Woche können Muttermund und Becken auf die Wehen vorbereitet werden.



Studien beweisen, dass die Behandlung bei Erstgebärenden die Geburt um durchschnittlich eineinhalb Stunden verkürzt. Auch unter der Geburt können Hebammen mit Hilfe von Akupunktur eine Wehenschwäche und Schmerzen behandeln oder den Damm weicher und dehnbarer machen.

Wer darf Schwangere akupunktieren?

Das dürfen Ärzte, Heilpraktiker und Hebammen.

Zur TCM gehören noch weitere Heilmethoden. Was ist Moxibustion?

Die Moxibustion, auch Moxa-Therapie genannt, kommt ursprünglich aus Nordchina und ist eine eigenständige Therapieform der TCM. Das Moxakraut ist getrocknetes Beifußkraut. Zu einer Zigarre gerollt wird es angezündet und einige Zentimeter über die Haut gehalten.

Wofür oder wogegen wird die Moxa-Therapie eingesetzt?

Ziel ist, Akupunkturpunkte zu erwärmen. Die Moxa-Therapie setzen wir bei Leere- und Kältezuständen ein, um die Yang-Energie zu stärken und um Qi zu bewegen, etwa bei einer Steißlage des Kindes. Hier behandeln wir ab der 34. Woche einen speziellen Punkt am Fuß, damit der Säugling sich in die vordere Hinterhauptslage bewegt

Können Frauen das auch selbst? Oder kann ihr Partner das lernen?

Das empfehle ich nicht. Es erfordert eine gewisse Schulung, um die Patientin nicht zu verbrennen. Auch könnten sich Blasen oder Narben bilden. Ich zeige den Partnern aber gern Akupressur-Punkte am Rücken oder zwischen Daumen und Zeigefinger. Unter der Geburt können sie durch den sanften Druck auf diese Punkte Schmerzen lindern.

Empfiehl die Chinesische Medizin Ernährungsweisen, die wir hier im Westen nicht kennen?

Auch das hängt wieder sehr individuell von der Patientin ab. Frauen, die von Hitze und viel Energie berichten, empfehlen wir kühlende Nahrung wie Salate, Rohkost oder Südfrüchte. Sie sollten auf keinen Fall scharf gewürzte, angebratene oder geröstete Speisen zu sich nehmen.

Wo stößt TCM an ihre Grenzen?

Akupunktur kann bei vielen Beschwerden helfen, ohne dass die Schwangere Medikamente einnehmen muss. Doch bei Gestose (Kombination aus Bluthochdruck, Eiweiß im Urin, Ödemen) und der Gefahr einer Fehlgeburt verweisen wir an einen Gynäkologen.

Vielen Dank für das Interview.



Betreuung rund um die Geburt

Telefon Kreißsaal 0214 13-2280 / Elternschule -2286



**KLINIKUM
LEVERKUSEN**
Mutter-Kind-Zentrum
(Perinatalzentrum Level I)

| Ein gutes Gefühl der Geborgenheit!

Schwangerschaft

- Hebammensprechstunde
- Elternschule mit breitgefächertem Angebot
- Risikoschwangerschaften
- Pränataldiagnostik und vorgeburtliche Therapie (DEGUM III)
- Äußere Wendung bei Steißlage

Geburt

- Beleghebamme
- Ambulante Geburt
- Homöopathie und Akupunktur
- Wassergeburt
- Spontangeburt bei Steißlage und Zwillingen
- Mehrlingsgeburten

Wochenbett

- Familienzimmer
- 24 Stunden Rooming in
- Still- und Laktationsberaterinnen
- Stillcafé

Neugeborenen Sicherheitspaket

- Kinderärzte 24 h anwesend
- Kinderintensivstation
- Mutter-Kind-Station mit kinderärztlicher Versorgung
- Vorsorge-/Screeninguntersuchungen (z. B. Hörtest, Herzfehler, Stoffwechselstörungen)

3 Hebammen, Geburtshelfer, geburtshilfflicher Oberarzt, Anästhesist und Kinderarzt rund um die Uhr im Hause

Kreißsaalführung jeden 2. und 4. Montag im Monat, 17:30 Uhr



Klinikum Leverkusen gGmbH • Am Gesundheitspark 11 • 51375 Leverkusen • geburtshilfe@klinikum-lev.de • www.klinikum-lev.de