

Mit Nadeln den Druck senken?

Lässt sich ein zu **hoher Blutdruck** mit Akupunktur in den Normbereich zurückbringen – ohne Medikamente? Eine Berner Patientin und ihr behandelnder Akupunktur-Arzt sind überzeugt davon.

Von Silvia Stähli-Schönthaler

Colette Stämpfli aus Bern hat eine aufregende Zeit hinter sich. Und dies nicht im positiven Sinn. Nach einer langen Phase beruflicher Überlastung schnellte ihr Blutdruck Mitte letzten Jahres in schwindelerregende Höhen. Mit einem Wert von 200/180 mmHg wurde die 49-jährige Mutter von drei Kindern ins Spital gebracht. Zudem plagten sie starke Kopfschmerzen. «Ich hatte viel Stress im Geschäft und kämpfte zudem mit Wechseljahresbeschwerden, die mir schlaflose Nächte bereiteten», so Colette Stämpfli. Nachdem der Blutdruck im Spital kurzfristig auf einen normalen Wert gesenkt werden konnte, kletterte er bereits am nächsten Tag erneut in extreme Höhen. Die Folge: Die selbständig erwerbende Geschäftsfrau hatte erneut einen Zusammenbruch und musste sehr starke blutdrucksenkende Medikamente einnehmen.

Erfolg nach wenigen Tagen

«Eine Krankenschwester riet mir, ich solle mit Akupunktur versuchen, den Blutdruck zu senken.» Was Colette Stämpfli auch tat, indem sie in der ersten Woche täglich, in der zweiten Woche jeden zweiten Tag zur Behandlung ging, bis eine Besserung eintrat. Bereits nach wenigen Wochen sank ihr Blutdruck auf einen normalen Wert von 120/85 mmHg und stieg – trotz genetischer Veranlagung und immer noch hoher Belastung im Alltag – nie mehr relevant an. Zeitgleich startete sie auf Anraten ihres Akupunktur-Dr. Tony Kam aus Bern eine salzlose Diät und verlor so 14 Kilogramm an Gewicht. Seit Beginn der Behand-

lung sind nun acht Monate vergangen. Heute geht sie alle drei Wochen in die Akupunktur-Behandlung und fühlt sich «gesund und dankbar». Denn auch die Wechseljahresbeschwerden haben sich mittlerweile verabschiedet und ihre Polyarthritids-Beschwerden sind zurückgegangen, was auch die behandelnde Rheumatologin erstaune. Zudem sei sie zu 100 Prozent frei von Medikamenten.

Anstoss zur Selbstheilung

Was wie ein kleines Wunder tönt, ist laut des behandelnden Akupunktur-Dr. Tony Kam aus Bern eine salzlose Diät und verlor so 14 Kilogramm an Gewicht. Seit Beginn der Behandlung sind nun acht Monate vergangen. Heute geht sie alle drei Wochen in die Akupunktur-Behandlung und fühlt sich «gesund und dankbar». Denn auch die Wechseljahresbeschwerden haben sich mittlerweile verabschiedet und ihre Polyarthritids-Beschwerden sind zurückgegangen, was auch die behandelnde Rheumatologin erstaune. Zudem sei sie zu 100 Prozent frei von Medikamenten.

Lebensenergie gestört

Bei der Akupunktur wird von einer «Lebensenergie des Körpers» (Qi) ausgegangen, die auf definierten Leitbahnen (Meridianen) zirkuliert und die Körperfunktionen beeinflusst. Ist der Energiefluss gestört, kann dies aus Sicht der traditionellen chinesischen Medizin auf verschiedene Erkrankungen hindeuten.

Durch gezielte Stiche in Akupunkturpunkte, die auf den Meridianen liegen, soll die Störung

im Fluss des Qi behoben werden. «Wichtig ist, dass die Behandlung von einem Akupunktur-Dr. Tony Kam aus Bern eine salzlose Diät und verlor so 14 Kilogramm an Gewicht. Seit Beginn der Behandlung sind nun acht Monate vergangen. Heute geht sie alle drei Wochen in die Akupunktur-Behandlung und fühlt sich «gesund und dankbar». Denn auch die Wechseljahresbeschwerden haben sich mittlerweile verabschiedet und ihre Polyarthritids-Beschwerden sind zurückgegangen, was auch die behandelnde Rheumatologin erstaune. Zudem sei sie zu 100 Prozent frei von Medikamenten.

Kreislauferkrankung mit Akupunktur heilen, ist aus meiner Sicht absolut fahrlässig und gefährlich. Es gibt immer wieder Fälle, da verweise ich die Patienten sofort zu einem Arzt oder ins Spital.»

Nachgewiesene Wirkung

Dass Menschen mit Bluthochdruck von einer Akupunktur-Behandlung profitieren können, haben verschiedene Forscher wissenschaftlich nachweisen können. Die alte chinesische Heilmethode senkte den Blutdruck in einer in den USA durchgeführten Studie bei den Teilnehmern zwar nur

leicht, aber nachweislich ab. Diese positiven Veränderungen dauerten etwa einhalb Monate an. «Die Forscher schliessen aus ihren Ergebnissen, dass die Absenkung des Blutdrucks, obwohl oft nur in leichtem Ausmass, klinisch relevant ist und das Risiko für Schlaganfall und Herzkrankheiten senken kann», sagt Tony Kam.

Blutdruck nachhaltig gesenkt

Diese Meinung vertritt auch Anita Meyer, Fachärztin Allgemeine und Innere Medizin sowie Präzidentin der ASA (Assoziation Schweizer Ärztgesellschaften für Akupunktur und Chinesische Medizin). Die Wirksamkeit von Akupunktur sei in Dutzenden von Studien belegt worden. Natürlich

gebe es unterschiedliche Formen von Hypertonie – sowohl aus schulmedizinischer wie auch aus chinesisch-medizinischer Sicht. «Je nach Ursache und Form wird unterschiedlich behandelt», so Meyer. Sehr gut und nachhaltig ansprechen würde eine Behandlung bei stressbedingtem Bluthochdruck. Bei höheren Blutdruckwerten könne die Akupunktur gegebenenfalls mit einer medikamentösen Behandlung kombiniert werden. Um eine nachhaltige Senkung des Blutdrucks zu erreichen, sei es aber wichtig, die Akupunktur-Behandlungen kontinuierlich durchführen zu lassen. «Deshalb ist bei dieser Behandlungsform ein erheblicher Zeitaufwand einzukalkulieren.»

DAS MEINT DIE SCHULMEDIZIN

Akupunktur wird bei verschiedenen Erkrankungen angeboten, doch steht in vielen Fällen ein wissenschaftlicher Beleg für die Wirksamkeit aus. «Aus schulmedizinischer Sicht gibt es keine Daten, die Akupunktur als Alternative zu einer blutdrucksenkenden pharmakologischen Therapie belegen. Einige Forschungsstudien zeigen jedoch, dass es hilfreich sein kann, eine Akupunktur-Behandlung zusätzlich zur medikamentösen Therapie einzusetzen», sagt Isabella Sudano, Fachärztin Innere Medizin und Leiterin der Hypertonie-Sprechstunde der Kardiologie im Universitätsspital Zürich. Der Effekt sei aber nur nach vier bis zwölf Wochen – und nicht längerfristig – evaluiert worden. Der Vorteil einer medikamentösen blutdrucksenkenden Therapie sei zudem, dass das Risiko für kardiovaskuläre Ereignisse grundsätzlich gesenkt werden könne.

Dank den Akupunktur-Behandlungen von Tony Kam leidet Colette Stämpfli nicht mehr an Bluthochdruck.

