

**Das Wertvollste,
was der Mensch besitzt,
ist das Leben.**

N.A.Ostrowski

Diplomarbeit

im Rahmen der Ausbildung Akupunktur
und
Traditionelle Chinesische Medizin
am
Ausbildungszentrum Nord

Angelika Janzon

November 2018

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung
2. Wie entsteht ein neues Leben laut Chinesischer Medizin?
 - 2.1. Die embryonale Entwicklung aus chinesischer Sicht
 - 2.2. Die Schwangerschaft durch die fünf Wandlungsphasen betrachtet
 - 2.3. Die embryonale Entwicklung auf der Ebene der Urstrukturen
3. Pathologien in der Schwangerschaft
 - 3.1. Unfruchtbarkeit
 - 3.2. Psychisch ausgleichende Gesamtregulation
 - 3.2.1. Angst und Verspannung
 - 3.2.2. Schlafstörungen
 - 3.3. Hyperemesis gravidarum
 - 3.4. Sodbrennen und Erbrechen
 - 3.5. Vorzeitige Wehen und Frühgeburt
 - 3.6. Gestose
 - 3.6.1. Hypertonie
 - 3.7. Schmerzzustände in der Schwangerschaft
 - 3.7.1. Rückenschmerzen. Lumboischialgie
 - 3.7.2. Kopfschmerzen und Migräne
 - 3.7.3. Karpaltunnelsyndrom
 - 3.8. Infektionen in der Schwangerschaft
 - 3.9. Suchtbehandlung in der Schwangerschaft
 - 3.10. Beckenendlage
4. Geburtsvorbereitende Akupunktur
 - 4.1. Geburtsvorbereitung aus chinesischer Sicht
 - 4.2. Geburtsvorbereitung aus westlicher Sicht
5. Die Geburt
 - 5.1. Die fünf Wandlungsphasen während der Geburt
 - 5.2. Akupunktur unter der Geburt
 - 5.3. Schmerzlinderung unter der Geburt
 - 5.4. Geburtseinleitung
 - 5.5. Dysfunktionelle Wehen und Wehenkoordinationsstörungen
 - 5.6. Plazentalösungsstörungen
 - 5.7. Mastitis
6. Schlussbetrachtung
7. Literaturverzeichnis

1. Einleitung

Das Wertvollste, was der Mensch besitzt, ist das Leben...
... und das beginnt mit der Befruchtung.

Ein junges Paar bat mich, sie auf ihrem Weg eine kleine Familie zu werden, zu begleiten. Diese Herausforderung nahm ich sehr gerne an, denn es gibt nichts Schöneres und Eindrucksvolleres als die Entwicklung, das Wachstum und die Geburt eines neuen Lebens mitzuerleben. Neben der Betreuung durch einen Gynäkologen und einer Hebamme, konnte ich eine bestmögliche Unterstützung mit Hilfe der Akupunktur und Chinesischen Medizin geben. Das Ungeborene sollte optimal auf das Leben nach der Geburt vorbereitet werden und in der Zeit der Schwangerschaft gut versorgt werden. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass die Schwangere selbst einen großen Anteil beiträgt, in dem sie eine gesunde Ernährung und Lebensweise führt. Dabei kann die Chinesische Medizin wunderbar unterstützend wirken, um eventuelle Pathologien zu verhindern. Meine Aufgabe war es, die konstitutionellen Schwächen der Schwangeren rechtzeitig zu erkennen und sie entsprechend zu leiten und zu lenken. Die Möglichkeit, die Schwangere mit Akupunktur zu behandeln, war für mich ebenfalls ein wichtiger Beitrag.

Die Akupunktur und Chinesische Medizin in der Prävention einzusetzen ist der große Vorteil der Chinesischen Medizin. Hier kann man die Zusammenhänge zwischen Symptomen während der Schwangerschaft und der konstitutionellen Schwächen der schwangeren Frau rechtzeitig erkennen und entsprechend handeln. Während die Westliche Medizin erst handelt, wenn Pathologien in der Schwangerschaft auftreten. Zur Vorbeugung gibt sie kaum Hinweise und Erklärungen für Begleiterscheinungen während der Schwangerschaft.

Ich habe als Krankenschwester beinahe drei Jahrzehnte auf einer gynäkologischen- geburtshilflichen Abteilung gearbeitet, so dass mir der Verlauf einer Schwangerschaft und Geburt in der Westlichen Medizin sehr vertraut ist. Diese Abläufe aus der Sicht der Chinesischen Medizin zu betrachten, fand ich sehr spannend und lehrreich. Zu Mal während dieser Zeit meine Ausbildung in Akupunktur und Chinesischer Medizin beim Ausbildungszentrum Nord stattfand.

An dieser Stelle ein ganz großer Dank an alle Dozenten für drei sehr lehrreiche Jahre.

In dieser Arbeit befasse ich mich mit den Abläufen der Schwangerschaft, Pathologien und Geburt aus der Sicht der Chinesischen Medizin und beziehe die praktische Umsetzung anhand eines Fallbeispiels mit ein. Der praktische Bezug wird in kursiver Schrift erkennbar sein.

2. Wie entsteht ein neues Leben laut Chinesischer Medizin?

Damit ein neues Leben entstehen kann, müssen einige Voraussetzungen gegeben sein. Die Geschlechtsreife von Frau und Mann müssen erreicht sein, das heißt, sie benötigen ausreichend Nierenenergie, um schwanger werden zu können. Die Entstehung der Eizelle und die Spermaproduktion sind eine Funktion der Niere. Ein weiterer Aspekt für ein gutes Gelingen ist der Shen-Aspekt, d.h. das Paar hat sich ein Kind gewünscht. Erst wenn es zur Verschmelzung von Eizelle (Yin) und Samenzelle (Yang) kommt und es unter dem Einfluss des himmlischen Funken (Tian Shen) steht, beginnt der Prozess der Entstehung eines neuen Menschen.

Diese erste Struktur, die sich entwickelt, in dem Moment, wo Ei- und Samenzelle verschmelzen, nennt man Ming Men, das Lebenstor. „Durch dieses Tor kann das Yuan Qi ein- und ausgehen, um die embryonale Entwicklung zu steuern und durch dieses Tor wird der Mensch ins Leben gerufen.“ (Lorenzen/ Noll, WP Wasser, 2000, S.81). Im Ming Men ist das Yuan Qi, die Erbenergie verankert. Nach neuester Ansicht liegt Ming Men auf Du 4 (2.LWK) zwischen der linken Wasserniere und der rechten Feuerniere.

Die Körperseele des Fötus wird bei der Empfängnis aus der Körperseele Po der Mutter gebildet, denn Po wird in der Lunge aufbewahrt. Die ererbte Konstitution eines Neugeborenen hängt nicht nur von der Nierenstärke der Eltern ab und Umstände der Empfängnis, sondern auch von der Lunge der Mutter. So kann z.B. eine große Trauer der Mutter die Lunge schwächen. Da Po für die physiologischen Prozesse zuständig ist, kann es zu Störungen führen. Es ist auch möglich, dass bei einer Lungen-Yang-Schwäche keine Schwangerschaft zustande kommt.

In dem Moment der Zeugung beginnt das Yuan-Qi zu wirken und lässt die vorgeburtliche Entwicklung regelrecht vollziehen. Besteht ein Mangel an Essenz-Jing und Yuan-Qi kann es zu Missbildungen, Retardierungen und Frühaborte bis zur 16. SSW kommen. Eine Schwangerschaft dauert etwa 38 Wochen, wobei die Schulmedizin von 40 Wochen ausgeht, da sie den Termin ab dem ersten Tag der letzten Regelblutung berechnen.

Nach Sun Si Miao lässt sich die Schwangerschaft als ein Wandlungsphasenprozess durch die fünf Wandlungsphasen (Wu Xing) betrachten. In den einzelnen Schwangerschaftsmonaten ermöglichen die dazu gehörigen Haupt-Meridiane die Versorgung des Embryos. Darauf gehe ich später noch ein.

Das neuentstehende Leben sollte optimal auf das „nachhimmlische Dasein“ vorbereitet werden und so jeder der „vorhimmlischen Phasen“ gut versorgt vollenden können. Pathologien in der Schwangerschaft können zu Störungen in der Versorgung des Embryos führen, aber auch durch die Ernährung und das Erleben der werdenden Mutter kann es zu Störungen kommen. Erleidet die Frau während der Schwangerschaft Unfälle, Traumatas oder Krankheiten, so betrifft es ebenfalls das ungeborene Kind. Je nach dem zu welchem Zeitpunkt die Störung aufgetreten ist, so kann man Rückschlüsse auf die betroffene Wandlungsphase des Kindes ziehen.

2.1. Die embryonale Entwicklung aus traditioneller chinesischer Sicht

Eine Grundvoraussetzung zur guten Entwicklung des Fötus in den Schwangerschaftsmonaten ist, dass der Uterus den Fötus beherbergt und nährt. Der Uterus benötigt die Nieren-Essenz und das Blut, das der Chong Mai und der Ren Mai bereit stellen, um dieser Aufgabe gerecht zu werden.

Während der Schwangerschaft fungiert der Uterus als Speicherorgan (Yin-Organ), und während der Geburt übt er die Funktion eines Yang-Organ aus, da er bereit ist, den Säugling frei zu geben. (Maciocia 2008, S.231)

Hier erkennen wir in der Traditionellen Chinesischen Medizin einen wichtigen Aspekt, dass alles Yin und Yang ist, dass Abläufe und Gegebenheiten im Verhältnis zu Yin und Yang gesetzt werden. Findet zwischen den Polaritäten Yin und Yang eine Veränderung statt, so bedeutet dies ein Übergang von einem in den anderen Zustand. In diesem Fall heißt es, dass der Uterus einmal als Yin = Speicherorgan und dann als aktives Organ = Yang fungiert.

Wenn also im Zustand des Yin bzw. im Zustand des Yang eine Veränderung auftritt, bedeutet das eine Veränderung der Gesamtsituation. Yin und Yang sind Gegensätze, die sich gegenseitig bedingen, ergänzen oder wandeln. Sie sind direkt aufeinander bezogen und bilden in sich eine Ganzheit. Das Symbol dieser Zweiheit in einer Einheit ist in dem Yin-Yang-Symbol klar erkennbar. Dieses Symbol wird auch als Taiji-Monade bezeichnet und wurde von einem Philosophen der Sung-Zeit entworfen. (Römer 2013, S.6)

Das Verhältnis aller Yin- und Yang-Anteile ist ausgeglichen, wenn keinerlei Störungen den Organismus beeinträchtigen. So bald ein Zu viel oder ein Zu wenig von Yin oder Yang den Körper ins Ungleichgewicht bringt, kommt es zu entsprechenden Symptomen oder Erscheinungsbildern. So auch im Verlauf einer Schwangerschaft, Geburt und postnatalen Phase.

Der Therapeut und die Patientin sollten sich um ein harmonisches Verhältnis zwischen Yin und Yang bemühen bzw. dazu beitragen, dass es in einem harmonischen Verhältnis ablaufen kann.

Trotz aller Bemühungen kann es zu einer Dysbalance kommen. Von den Begrifflichkeiten Yang und Yin lassen sich die Fülle (Yang)- und Leere-Zustände (Yin) ableiten. Fülle (Shi) bedeutet beispielsweise eine Überfunktion von Organen, eine übersteigerte körperliche und seelische Reaktion, vermehrte Gewebsspannung, Blut- und Lymphstauungen.

Bei der Leere (Xu) hingegen handelt es sich um eine organische Unterfunktion, um eine körperliche und seelische Erschöpfung, Gewebsatonie, Blutmangel, Mangel an Gewebsflüssigkeiten und Hormonen.

In der Akupunkturtherapie ist es wichtig Zustände der Fülle und Leere zu erkennen. Nur so kann die Patientin eine adäquate Behandlung erfahren und nur so kann es zu einem Therapieerfolg führen.

Die therapeutischen Ansätze unterscheiden sich von dem entsprechenden Zustand der Patientin, befindet sie sich in einem Fülle- oder Leere-Zustand oder beides? So würde man bei einem Fülle-Zustand eher die sedierende Nadeltechnik anwenden, während bei einem Leere-Zustand man tonisierend nadelt bzw. Moxibustion anwendet.

2.2. Die Schwangerschaft durch die fünf Wandlungsphasen betrachtet

Nach Sun Si Miao (581 – 682 n. Chr.) lässt sich die Entwicklung des Embryos und die Schwangerschaft als ein Wandlungsphasenprozess durch die fünf Wandlungsphasen (Wu Xing) betrachten. In den einzelnen Schwangerschaftsmonaten wird das ungeborene Kind durch entsprechende Leitbahnen der Mutter versorgt.

1. Monat – Holz-Leber-Leitbahn
2. Monat – Holz-Gallenblasen-Leitbahn
3. Monat – Feuer-Pericard-Leitbahn
4. Monat – Feuer-San Jiao-Leitbahn
5. Monat – Erde-Milz-Leitbahn
6. Monat – Erde-Magen-Leitbahn
7. Monat – Metall-Lunge-Leitbahn
8. Monat – Metall-Dickdarm-Leitbahn
9. Monat – Wasser-Nieren-Leitbahn
10. Monat – Wasser-Blasen-Leitbahn

Im ersten Monat wird der Embryo durch die Le-LB versorgt und er wird „Pei“ (Tauchperle) der Keimling genannt. Der Samen und das Blut verklumpen und es formt sich der Keimling. Die Schwangere sollte süße, saure Nahrungsmittel und Gerste zu sich nehmen. Verzichten sollte sie auf scharfe und fischig riechende Lebensmittel. Die Frau sollte sich viel ausruhen, Anstrengung und Angst vermeiden.

Der Embryo wird im zweiten Monat „Gao“ (Pfirsichblüte) = fettige Substanz. In dieser Zeit wird der Fötus von der Gb-LB der Mutter versorgt. In dieser Phase werden die Essenzen verteilt und das Mesenchym bildet sich. Die Schwangere sollte trockene scharfe Nahrung und ranzig riechendes Essen vermeiden. In dieser Zeit sollte sie auf Geschlechtsverkehr verzichten.

Die Pe-LB versorgt im dritten Monat den Fetus, der nun die Bezeichnung „Tai“ trägt, ist gleichzusetzen mit Fötus. Der Fötus nistet sich im Uterus ein. Vorstellungen, Gedanken und Emotionen der Schwangeren haben nun einen großen Einfluss auf

das Wesen des Kindes. Aus diesem Grund sollten übermäßige Emotionen gemieden werden, da sie sich ungünstig auf den Fötus auswirken können. Mit Qi Gong Übungen kann sie zu einem harmonischen Ausgleich finden.

Im 4. Monat wird der Fötus durch die Leitbahn des San Jiao ernährt. In dieser Zeit nimmt der Fötus die Wasser-Essenz auf. Das Blut, Gefäßsystem und die sechs Fu-Organen, auch Yang Organe genannt, bilden sich aus. Die Fu-Organen sind die Hohlorgane: Dickdarm, Magen, SanJiao, Dünndarm, Blase und Gallenblase; sie transportieren und transformieren Flüssigkeiten und Nahrung im Körper. Mit Reis, Fischsuppen und Wildgans sorgt die werdende Mutter für eine unterstützende Ernährung, damit Qi und Xue (Blut) für sich und ihr Kind gestärkt werden. Die Mahlzeiten sollte sie in Maßen einnehmen. Der Schwangeren wird angeraten viel auszuruhen, um auch ihr Gemüt und den Willen zu harmonisieren. Ab diesem Monat wird empfohlen Ni 9 (Zhubin, das Gästehaus) einmal im Monat zu nadeln, um Erbtoxine auszuscheiden.

Die Feuer-Essenz wird im 5. Monat aufgenommen und die Mi-LB versorgt das Ungeborene. Das Qi bildet sich aus vier Gliedmaßen. In dieser Zeit ist es ratsam, dass die Schwangere Getreide, Bambus, Rind- und Schaffleisch zu sich nimmt. Auf keinen Fall sollte sie sich der Völlerei hingeben und auch kein trockenes Essen zu sich nehmen. Die Frau sollte lange schlafen, Anstrengung meiden und ausgiebige Körperpflege betreiben. Beherzigt sie diese Empfehlungen, so wird es das Qi des Fötus stärken.

Der 6. Monat ist geprägt durch die Aufnahme der Metall-Essenz. In diesem Monat ernährt die Ma-LB der Mutter das ungeborene Kind. Die Muskeln und Sehnen bilden sich aus und ebenso der Mund und die Augen, die von der Ma-LB versorgt werden. Der werdenden Mutter wird geraten sich moderat zu bewegen, sich von Raubtier- und Vogelfleisch zu ernähren, aber auch nicht zu viel Essen zu sich zu nehmen. Sie sollte sich laufende Pferde und Hunde beobachten, auf diese Weise können sich Muskeln und Sehnen beim Fötus gut ausbilden.

Im 5. und 6. Schwangerschaftsmonat sieht die TCM einen Einfluss auf die psychische, soziale, intellektuelle und emotionale Entwicklungen sowie die erworbene Konstitution.

Mit der Aufnahme der Holz-Essenz beginnt der 7. Schwangerschaftsmonat für die schwangere Frau. Die Lu-LB ernährt und versorgt den Fötus. Bei dem Kind bilden sich die Knochen aus, die Haut und die Körperhaare beginnen sich zu entwickeln. In diesem Monat tritt die HUN-Seele in den kleinen Körper ein.

Die HUN-Seele, auch Wanderseele genannt, ist der psychisch-spirituelle Aspekt der Leber. Die Leber ist die Residenz der Wanderseele. Die Wanderseele hat also ihren Sitz in der Leber, genau genommen im Blut und Yin der Leber. Hier sollte sie „verankert“ sein, ist sie das nicht, so „wandert“ sie in der Nacht umher und es kann zu Schlafstörungen oder Alpträumen führen.

HUN- und Po-Seele sind zwei Pole ein und desselben Phänomens. Die Körperseele repräsentiert einen sehr körperlichen Aspekt der Seele, der unauflöslich mit dem Körper verbunden ist. Sie hat ihren Sitz in der Lunge und spielt bei allen physiologischen Prozessen des Körpers eine wichtige Rolle. Po ist verantwortlich für Gefühle und Empfindungen. Die Körperseele stirbt mit dem Körper und kehrt zur Erde zurück, während HUN den Tod des Körpers überlebt, um dann in die Welt der feinen, immateriellen Energien zurück zu fließen. Die Wanderseele ist im Verhältnis zu Körperseele Yang. Die Körperseele ist im Verhältnis zur Wanderseele der Yin-Aspekt. (Maciocia, 2008, S.125)

In diesem Monat sollte die Schwangere kalte Speisen und Getränke meiden, auch sollte sie den Reis und klebrige Hirse meiden. Damit sich das Kind weiterhin gut entwickeln kann, ist der Mutter angeraten, sich zu betätigen, Taiji- und Qi Gong-Übungen, die das Beugen und Strecken beinhalten. Sie soll leise sprechen und Kummer vermeiden.

Die Di-LB ernährt nun das Kind und die Aufnahme der Erd-Essenz wird im 8. Schwangerschaftsmonat gewährleistet. Das Ungeborene empfängt essentielles Qi aus der Milz der Frau. In diesem Monat verdichtet sich die Haut und die neun Körperöffnungen bilden sich, desweiteren wird das Eingehen der Körperseele (Po) beschrieben. Der Frau wird empfohlen Atemübungen, wie beim Qi Gong, durchzuführen. Diese Übungen beruhigen das Herz und stärken das Lu-Qi bzw. das Zheng Qi = das wahre Qi, desweiteren können dadurch auch fließende Bewegungen entstehen, die wiederum einen gleichmäßigen Qi-Fluss gewährleisten. Sie sollte keine trockene Nahrung zu sich nehmen und die Mahlzeiten regelmäßig einnehmen.

Im 9. Schwangerschaftsmonat nimmt das Kind die Stein-Essenz auf. Ernährt wird es in diesem Monat von der Ni – LB. Nach der Auffassung von Sun Si Miao wird die Bildung von der Haut, den Haaren, der 100 Gelenke und der Geschlechtsorgane vollendet. Die Schwangere sollte sich von süßen Speisen ernähren und süßen Wein zu sich nehmen, so fördert sie das Wachstum der Haare und die Intelligenz des Kindes. Auf keinen Fall sollte sie etwas Enges um den Bauch tragen, auch nasse Kleidung sollte sie meiden. Der Aufenthalt an sehr kalten und sehr feuchten Orten sollte die Schwangere unbedingt meiden.

Der 10. Schwangerschaftsmonat und damit das Ende der Schwangerschaft ist ebenfalls geprägt vom Element Wasser. Im letzten Monat wird das Kind von der Bl-LB versorgt. Das Kind ist in seiner Entwicklung vollendet. Alle fünf Yin Organe und alle sechs Yang Organe sind fertig ausgebildet und sie kommunizieren miteinander. **Das Kind hat einen vollkommen vorhandenen Shen und das Qi von Himmel und Erde wird im Ming Men = Ursprungs Qi aufgenommen.**

Die Schwangere kann eine Medizin zu sich nehmen, um das Kind schlüpfrig zu machen und die Geburt zu erleichtern. Diese Medizin wird u.a. aus roten Ginseng hergestellt. Die Geburt wird einsetzen, wenn sich alles vereinigt hat und der Geist

des Kindes vorhanden ist. Jedoch bestimmt der Himmel allein die Stunde der Geburt und durch die Aktivität des Ming Men wird sie vollbracht.

Die schwangere Frau sollte in allen Monaten harmonisch leben, sich keinen großen Stress aussetzen, extreme Hitze oder Kälte, Schreck und Panik meiden und sie sollte auch nichts Schweres heben.

2.3. Die embryonale Entwicklung auf der Ebene der Urstrukturen

Im Lebenstor Ming Men wohnt Jing Shen. Die erste Struktur ist Ming Men, diese Struktur entwickelt sich im Keim. Es ist das Tor, durch das unser Yuan Qi ein- und ausgehen kann, um die embryonale Entwicklung zu organisieren.

Ming Men ist das Tor der Vollmacht des Himmels und die Empfangsstelle für den himmlischen Auftrag der Fortpflanzung. Der Mensch wird durch dieses Tor ins Leben gerufen. Die Vollmacht des Himmels für die irdische Existenz enthält alle Einzelheiten des Lebenslosen.

Die acht außerordentlichen Gefäße (Qi Jing Ba Mai) folgen als Koordinatoren. Sie legen das Fundament für die Embryonalentwicklung. Als große Straße für das Yuan Qi bilden sie die treibende Kraft für die Gestaltung des Embryos. Neben der Bildung der Urstrukturen werden über die acht außerordentlichen Gefäße die Impulse für die Differenzierung der Feinstrukturen des Embryos gesetzt.

Zwischen Konzeption und Geburt vollzieht sich in der embryonalen Entwicklung ein Übergang zweier Daseinsformen. Ein Mal die des Vorhimmels als Möglichkeit der angeborenen Energie (Xian Tian) und die des Nachhimmels als tatsächliche Manifestation einer polaren Wirklichkeit (Hon Tian). Die Ba Mai bildet das Bindeglied beider Daseinsformen.

Während der Schwangerschaft sind die acht Gefäße die Agenten des Vorhimmels, sie bringen das Yuan Qi überall hin und bilden die Grundlage für alle weiteren Differenzierungen. Nach der Geburt stehen sie als Speicherseen Reservoir von Qi und Blut des Nachhimmels zur Verfügung.

Die embryonale Entwicklung könnte sich folgendermaßen gestalten:

„Im 1. Monat, in der Anfangsphase der Entwicklung ist der Fötus nur ein wenig Yang Qi, dies entspricht dem Ursprung des Lebensprozesses Qian, der dem Chong Mai entspricht.

Das Qi wandelt sich im 2. Monat in Flüssigkeit um, dies entspricht Dui und dem Du Mai.

Im 3. Monat wird Hitze Li durch die Vermischung von Qi und Flüssigkeit gebildet, entspricht dem Ren Mai. Der Fötus beginnt sich im 4. Monat zu bewegen im Einklang mit Zhen dem Donner und Dai Mai dem Gürtelgefäß. Seine eigene embryonale

Atmung zusammen mit der mütterlichen Atmung beginnt im 5. Monat, dies kommt zusammen mit Sun und dem Yang Wei Mai. Im 6. Monat wird das Fruchtwasser ausreichend, der dem Kan und dem Yang Qiao Mai entspricht. Der Magen und die Eingeweide entwickeln sich im 7. Monat, dies entspricht Gen und dem Yin Wie Mai. Im 8. Monat werden Muskeln, Fleisch und Bindegewebe geformt entsprechend Kun und dem Yin Qiao Mai.“ (Lorenzen/ Noll Wasser WP der TCM S.83)

Das Yuan Qi verlässt durch den Ming Men die höchste Einheit und manifestiert sich als Chong Mai, der den Kopf als ursprünglichen Geist bildet. Du Mai steht für das Ur-Yang und der Ren Mai für das Ur-Yin, somit hat sich das höchste Eine in zwei polarisiert. Beide entfachen den himmlischen Kreislauf und so können Feuer (Kan) und Wasser (Li) im Embryo zirkulieren. Der Dai Mai, auch Gürtelgefäß genannt, stellt die Polarität von oben und unten dar. Er schnürt den noch eiförmigen Corpus in der Mitte ein und teilt ihn.

Die „Wundergefäße der 1. Generation“-Chong Mai, Du Mai, Ren Mai und Dai Mai sind entstanden und somit die grundlegende Gestalt des Embryos. Es werden zusätzliche Bahnen benötigt, um ihre Aktivitäten überall hin ausüben zu können. So entstehen die „Wundergefäße der 2. Generation“, die Wie- und Qiao Mai Gefäße. Sie verzweigen sich in die Peripherie und in das tiefste Innere.

Das Yang hat das Bestreben sich nach oben und außen zu bewegen. Dafür sorgt Yang Qiao Mai, aber das Yang muss in Grenzen gehalten werden, Yang Wie Mai ist das energetische Haltenetz und sorgt für die Grenzen.

Das Yin will nach unten und innen gehen, um die Strukturen zu bilden und zu nähren. Diese Aufgabe übernimmt Yin Qiao Mai. Auf diese Weise kann das Yin sich sammeln, ernähren und die Formen erhalten. Yin Wie Mai ist das energetische Haltenetz und hält es im Inneren fest.

Ich möchte noch mal hervorheben: Was hier auf der embryonalen Ebene stattfindet ist die Grundlage des Menschen in seiner Entwicklung des Vorhimmels (Xian Tian). Die acht außerordentlichen Gefäße treten nach der Geburt in ihrer Aktivität zurück und es liegt am Nachhimmel (Hon Tian) für den Menschen zu sorgen. Als Reservoir können sie unter bestimmten Umständen z.B. bei grundlegenden Schwächen oder Leere-Zustände aktiviert werden, um diese zu beheben. Alle Qi Jing Ba Mai sind ebenfalls Bahnen für das Jing und so können die Essenzen von der Niere aus der Tiefe nach außen an die Peripherie gebracht werden. Beim Einschalten der Ba Mai wird das Jing „eingesammelt“ und wieder der Niere als Speicher zugeführt.

3. Pathologien in der Schwangerschaft

3.1. Unfruchtbarkeit

Um schwanger werden zu können, braucht die Frau und der Mann ausreichend Nierenenergie. Eizell- und Samenproduktion sind eine Aufgabe der Nieren. Außerdem braucht die Frau ausreichend Blut für das Endometrium. Eine Funktion des Nieren-Yang ist die Libido, wobei sich Sexappeal über, den Leber-Meridian zeigt.

Wie oben schon erwähnt, wird aus der Körperseele Po bei der Empfängnis die Körperseele des Fötus gebildet. Somit kann man feststellen, dass die mütterlichen Energien für die Konzeption einen stärkeren Einfluss haben als die des Vaters. Die ererbte Konstitution eines Säuglings hängt sowohl von der Nieren-Stärke der Eltern, als auch von der Lunge der Mutter ab. Da Trauer die Lunge schwächt, kann es vorkommen, dass manche Frau nach einem Trauerereignis sekundär infertil wird.

Eine Blutstagnation/ -stase kann u.a. zu einer Infertilität führen. Die Ursache einer Blutstagnation können Endometriose, lange Einnahme der „Pille“ oder Spirale sein.

Eine weitere Ursache für die Unfruchtbarkeit kann Schleim sein, der den Uterus verlegen kann. Der Schleim ist meist bedingt durch falsche Ernährung oder häufige Antibiotikabehandlungen.

Kälte kann den Uterus verlegen und ebenfalls zu einer Infertilität führen. Eine Frau, die zu viele kalte Nahrung isst und kalte Getränke zu sich nimmt, oder sie setzt sich zu sehr der Kälte aus.

Der Blutfluss kann durch Emotionen, die das Herz treffen, behindert sein und ggf. auch zu einer Unfruchtbarkeit führen. Das Herz und die Gebärmutter sind über Bao Mai (Gebärmuttergefäß) miteinander verbunden.

Eine weitere Ursache für eine Infertilität kann z.B. Anorexie sein. Nimmt eine junge Frau zu wenig Nahrungs-Qi auf, kann nicht ausreichend Blut gebildet werden und es kommt primär oder sekundär zu einer Unfruchtbarkeit.

Die hat die Aufgabe ausreichend Blut zur Verfügung zu stellen und bewegt das Qi gleichmäßig in alle Richtungen. Bei einer Le-Qi-Stagnation kann der Blutfluss gehemmt werden, sodass es auch in diesem Fall u.a. zu einer Infertilität führen kann. Die Ursache für eine Le-Qi-Stagnation können emotionale Probleme sein, Stress und falsche Ernährung.

3.2. Psychisch ausgleichende Gesamregulation

Schwangerschaft und Geburt können die Schwangere psychisch belasten. Viele Schwangere leiden unter Unruhe, Angst, Schlafstörungen. Psychische Erschöpfung und Überforderung verbrauchen und greifen nach chinesischer Philosophie den Geist (Shen) an. Durch die Akupunktur kann ein psychischer Ausgleich und damit

eine wohltuende Entspannung erreicht werden. Die entsprechenden Akupunktur-Punkte finden ebenfalls bei allen Krankheitsbildern Anwendung, bei denen eine psychisch ausgleichende Wirkung erwünscht wird, z.B. bei vorzeitiger Wehentätigkeit oder Entspannung unter der Geburt.

3.2.1. Angst und Verspannung

Praktischer Bezug:

Je näher der Entbindungstermin kam, umso größer wurden Angst und Anspannung meiner Patientin. Eine Verspannung der Rückenmuskulatur, insbesondere der Hals-Schultermuskulatur war für Frau V. sehr belastend.

Die Angst ist dem Funktionskreis Wasser zugeordnet, daher sind die Punkte auf der Ni- und Bl-LB von Bedeutung.

Die Ver- und Anspannung, besonders mit Muskelbeteiligung sind dem Funktionskreis Holz zugeordnet und so kamen Punkte auf der Le- und Gb-LB zur Anwendung.

Um eine Entlastung zu erzielen, verwendete ich folgende Punkte:

Le 3 – Taichong: *er verteilt das Le-Qi, unterdrückt das Le-Yang
beseitigt Wind
nährt das Le-Blut und Le-Yin*

Gb 34 – Yanglingquan: *unterstützt die Sehnen und Gelenke
aktiviert die Leitbahn und lindert Schmerzen
verteilt das Le-Qi*

Pe 6 – Neiguan: *befreit den Brustkorb
reguliert das Qi
reguliert das Herz und beruhigt den Geist*

Ni 3 – Taixi: *nährt das Ni-Yin
tonisiert das Ni-Yang*

Du Mai 20 – Baihui: *beruhigt Wind und zähmt das Yang
unterstützt das Gehirn
beruhigt den Geist*

Ab dem 3. Monat verwendete ich regelmäßig Ni 9-Zhubin zur Ausscheidung von Erbtoxinen. Desweiteren ist Ni 9 der Haltepunkt des Yin Wei Mai, der Bewahrer des Yin.

In der Schwangerschaft sammeln sich im kindlichen wie im mütterlichen Körper die so genannten fetalen Toxine an. Der Begriff „Schwangerschafts“- oder Gebärmuttergifte wird im chinesischen als Tai Du übersetzt. Das Kind nimmt in der Schwangerschaft Gifte auf, die es erst nach der Geburt wieder ausscheiden kann. Diese Ausscheidung wird sichtbar an Kinderkrankheiten und anderen Erkrankungen, die meist mit einem Hautausschlag einhergehen. Diese Schwangerschaftsgifte können sich durch das Verhalten und die Ernährung der Schwangeren vermehrt anhäufen, so können z.B. eingenommene Medikamente zu den Giften führen. Drogen, Stress und ungeeignete Nahrungsmittel verstärken diese Belastung ebenfalls. Es kann möglicherweise eine vermehrte Neigung zu Erkrankungen und Erscheinungen vor allem der Haut zur Folge haben, wenn sich zu viele fetale Toxine im kindlichen Körper ansammeln.

Die mütterliche Entlastung von fetalen Toxinen erfolgt nach der Geburt durch ihr Schwitzen, Bluten und Wochenfluss.

In der Schwangerschaft auftauchende Körpersymptome, insbesondere um den Trimesterwechsel, d.h. in der 15. SSW und 28. SSW, hängen mit einer physiologischen Entgiftung zusammen. Die Körpersymptome können sich durch z.B. Schwitzen, Juckreiz oder Durchfall bemerkbar machen. Der Punkt Ni 9 kann bei der Entgiftung unterstützend wirken.

3.2.2. Schlafstörungen

Der Schlaf ist eine Funktion des Herzens. Damit der Geist ruhen kann, ist genug Blut, das in der Leber gespeichert wird, notwendig. Die Niere kontrolliert das Herz und Ni-Yin soll das Herz-Feuer kühlen. Bei Disharmonie kann es zu Durchschlafstörungen führen.

Die Milz kann geschädigt werden, wenn die Schwangere viel grübelt, aber auch üppige Mahlzeiten belasten den Magen sehr und es kann zu Einschlafstörungen kommen.

Empfohlene Akupunkturpunkte sind u.a.

BI 62 – Shenmai: beruhigt inneren Wind und beseitigt äußeren Wind

beruhigt den Geist und behandelt Epilepsie

unterstützt den Kopf und die Augen

öffnet und reguliert das Yang-Fersengefäß

aktiviert die LB und lindert Schmerzen

Ni 6 – Zhaohai: unterstützt den Hals
nährt die Nieren und klärt Leere-Hitze
reguliert das Yin-Fersengefäß
beruhigt den Geist
reguliert den Unteren Jiao

Du Mai 20 – Baihui: s.o.

Die Punkte sollten etwa eine Stunde vor dem Zubettgehen für die Dauer von 20 Minuten akupunktiert werden.

3.3. Hyperemesis gravidarum

Die Emesis ist ein häufiges Symptom in den ersten Schwangerschaftswochen (12-16 SSW). Die Schwangeren klagen über mehr oder weniger ausgeprägte Übelkeit und Erbrechen. Aus der Sicht der TCM ist die Hyperemesis eine Schwäche der „Mitte“ (Wandlungsphase Erde, Funktionskreis Mi/Ma). Die Mitte herrscht u.a. über Umwandlung und Transport nährender und geistiger Nahrung, kontrolliert das Auf- und Absteigen des Qi, hält das Blut in den Gefäßen.

Eine Schwäche der „Mitte“ führt zu einer gegenläufigen Energierichtung des Qi, das sogenannte rebellierende Qi, welche Übelkeit und Erbrechen zur Folge hat.

Ein Mangelzustand im Chong Mai kann genauso zum Schwangerschaftserbrechen führen. Der Chong Mai hat durch seinen Verlauf eine gute Verbindung zum Magen im Punkt Ma 30 (Qichong – „See der Speisen“) wird eine direkte Verbindung zwischen vorhimmlischer Energie, die zum Teil mit dem Chong Mai fließt, und nachhimmlischer Energie, repräsentiert durch die Ma-LB, hergestellt. Dieser Punkt hat eine stark stimulierende Wirkung auf die Verdauungsfunktion des Magens, indem er Qi tonisiert, das für das Fermentieren der Nahrung notwendig ist.

Die Akupunktur ist bei der Indikation Hyperemesis gravidarum eine erfolgversprechende Therapieform. Die Ernährung und die gesunde Lebensführung tragen ebenfalls zum Erfolg bei.

Ich betone an dieser Stelle, dass es ganz wichtig ist, die Mitte zu stärken, mit jeder uns zu verfügbaren Methode. Die Milz hat auch die Aufgabe die Organe, wie z.B. den Uterus an seinem Platz zu halten und damit auch den Fötus.

Die Devise lautet also: „Mitte“ stärken, „Mitte“ stärken, „Mitte“ stärken!

Praktischer Bezug:

Als die junge Frau mich aufsuchte, war sie in der 6. SSW, also im zweiten Schwangerschaftsmonat.

Frau N.V. berichtete, dass ihr in den letzten Tagen übel sei, besonders am Morgen, erbrechen musste sie nicht. Sie fühlte sich müde und schwächer als sonst.

Da im ersten und zweiten Monat die Le – und Gb – LB der Mutter den Embryo versorgt, kann es zu Übelkeit und Erbrechen kommen. Nach den 5 WP – Prinzip attackiert Holz die Erde und damit haben wir eine Erklärung dieser Symptome. Diese Erklärung ist bezogen auf die Theorie nach Sun Si Miao.

Ich erstellte eine ausführliche Anamnese und vor jeder Behandlung wurde die Zunge untersucht und die Pulse gefühlt.

Meine Empfehlung bestand in einer Ernährungsberatung:

- *Sie sollte keine kalte Nahrung und Getränke zu sich nehmen*
- *Keinen Kaffee, nichts saures, nichts scharfes, nichts fettiges*
- *Geeignete Flüssigkeiten, wie warmes Wasser, warme Getränke aus Ingwer und Koriander, Fenchel- bzw. Grüner Tee*

geeignete Speisen sind besonders Reis-, Hühner- und Nudelsuppe, Kartoffelbrei und gekochtes Gemüse

Desweiteren empfahl ich ihr:

- *Ruhe, Vermeiden von Stress und Ärger*
- *Vor dem Aufstehen einen warmen Tee zu trinken*
- *Mehrere kleine Mahlzeiten über den Tag verteilt einnehmen*
- *Vor der Aufnahme der Nahrung die Zunge mit einer frischen Ingwerwurzel einzureiben*

Folgende Punkte nadelte ich in der ersten Woche täglich und an zwei Tagen in der zweiten Woche:

Pe 6 – Neiguan: *das Perikard ist die „Hülle“ des Herzens, das den Geist beherbergt*

und so eine beruhigende Wirkung hat,

außerdem ziehen die Perikard-Haupt- und Sonderleitbahnen

durch das Zwerchfell nach unten, um sich mit dem Mittleren- und

Unteren-Jiao zu verbinden; diese Tatsache erklärt die starke

Wirkung auf die Funktion des Mittleren Jiao

Ren Mai 12 – Zhongwan: *ist der Mu-Alarm-Punkt des Magens und reguliert die*

Funktion des Magens

Ma 36 – Zusanli: *ist der Erde-Punkt der Ma-LB, er hat eine tiefgreifende Wirkung bei der Regulierung der Milz-Funktion und stärkt somit die Milz*

Die Beschwerden konnten innerhalb kurzer Zeit deutlich gebessert werden und waren nach zwei Wochen vollständig beseitigt.

3.4. Sodbrennen und Erbrechen

Sodbrennen und Erbrechen sind in der TCM prinzipiell von der Übelkeit zu unterscheiden. Das Sodbrennen tritt häufig im letzten Trimenon auf. Sodbrennen wie auch Erbrechen sind den Fülle-Zuständen zuzuordnen, die es abzuleiten und zu beruhigen gilt. Die Übelkeit ist als Umkehrung der Ma-Qi-Flussrichtung anzusehen, die normale Richtung des Nahrungs-Qi ist von oben nach unten gerichtet. Bei der Übelkeit liegt eine Stagnation des Qi-Flusses vor, bei dem Sodbrennen eine Umkehrung der Qi-Flussrichtung und beim Erbrechen ein Extremzustand der Qi-Flussumkehrung.

Praktischer Bezug:

Frau N.V. klagte ab der 34. SSW über vermehrtes Sodbrennen. Sie erhielt eine tägliche Akupunktur mit neutraler Technik mit folgenden Punkten:

Ma 36 – Zusanli: *s.o.*

Ma 44 – Neiting: *klärt Hitze aus Ma-LB und lindert Schmerzen*

harmonisiert die Därme und klärt feuchte Hitze

besänftigt den Geist

Ren Mai 12- Zhongwan: *s.o.*

Nachdem eine Beschwerdebesserung eintrat, setzte ich die Therapie mit „ausschleichendem“ Intervall fort.

Ab der 36. SSW erhielt die Patientin eine geburtsvorbereitende Akupunkturtherapie. Da der Punkt Ma 36 in dem Akupunkturprogramm enthalten war, wurde auch weiterhin die Therapie wegen des Sodbrennens erfolgreich durchgeführt.

3.5. Vorzeitige Wehen und drohende Frühgeburt

Die Ursache vorzeitiger Wehentätigkeit müssen unbedingt vor jeder Akupunkturtherapieanwendung exakt schulmedizinisch abgeklärt werden.

Verschiedene Ursachen führen zu vorzeitigen Wehen. Zu den allgemeinen Ursachen zählen physische und psychische Überlastung, Infektionen, Retardierungen Plazentainsuffizienz, weiterhin können Mehrlinge, Hydramnion oder Zervixrisse zu vorzeitigen Wehen führen. Eine Mehrzahl aller vorzeitigen Wehen wird durch Infektionen, Plazentainsuffizienz oder kindliche Retardierung bedingt. In diesen Fällen kann die Akupunktur lediglich unterstützend zur schulmedizinischen Behandlung eingesetzt werden. Die begleitenden psychischen Symptome sind häufig besonders problematisch, so dass ein Therapieversuch mit Akupunktur sinnvoll ist. Bei unterstützender Akupunkturbehandlung treten weniger Nebenwirkungen der Tokolysetherapie (wehen hemmende Medikamente) auf. Das von vielen Schwangeren empfundene unspezifische Druckgefühl in den Beckenboden lässt oft nach wenigen Akupunktursitzungen nach. Ein ganz wichtiger Punkt ist Du Mai 20, aber auch He 7 ist wirksam. Der Bezug Du-Mai-LB auf den Beckenboden zeigt so seine Wirkung. Bei vorzeitigen Wehen dürfen nur psychisch wirksame Punkte verwendet werden, wie Du Mai 20, Pe 6 und He 7. Punkte mit einem direkten Bezug zum Uterus, wie z.B. Mi 6, Ren 4 dürfen nicht angewendet werden. Leidet die Schwangere außer an vorzeitigen Wehen gleichzeitig noch unter Übelkeit, darf diese nicht mit uteruswirksamen Punkten, z.B. Ma 36, behandelt werden.

Eine Schwangere, bei der eine Retardierung und Beckenendlage diagnostiziert wurde, sollte auf eine Behandlung der Beckenendlage verzichtet werden. Da die Retardierung die bedeutsamere Pathologie darstellt und aus forensischen Gründen nicht behandelt werden darf, verzichtet man ganz auf die Akupunktur.

3.6. Gestose

Bei der Behandlung leichter EPH-Gestose (E = Edema = Ödeme, P = Proteinurie, H = Hypertonie) oder einer schwangerschaftsinduzierten Hypertonie kann die Akupunktur gute Dienste leisten. Die Akupunktur kann eine erstaunliche blutdrucksenkende Wirkung sowie eine gewisse Ödemausschwemmung erzielen. Eine sorgfältige Überwachung von Mutter und Kind durch die Hebamme und den Gynäkologen sind unbedingt geboten, um eine beginnende Plazentainsuffizienz bzw. ein Fortschreiten der Gestose mit ihren gefährlichen Folgen nicht zu übersehen.

Praktischer Bezug:

Zum Ende der Schwangerschaft, in der 37. SSW traten bei meiner Patientin Ödeme in den Händen und besonders in den Füßen auf. Nach erfolgter Abklärung durch den Gynäkologen fanden folgende Punkte bis zur Geburt hin regelmäßig Anwendung.

Lu 7 – Liegue: reguliert die Wasserwege, fördert die absenkende Funktion der

Lunge

Ma 36 – Zusanli: *siehe Sodbrennen, Geburtsvorbereitung*

Mi 9 – Yinlingyuan: *reguliert die Milz, beseitigt Feuchtigkeit, öffnet und belebt die Wasserwege, unterstützt den Unteren Jiao*

Mi 4 – Gangsun: *stärkt die Milz, harmonisiert den Mittleren Jiao, reguliert Qi und beseitigt Feuchtigkeit*

Ni 7 – Fuli: *unterstützt die Nieren, reguliert die Wasserwege und behandelt Ödeme*

3.6.1. Hypertonie

Bei einfachem Schwangerschaftshochdruck darf mit Akupunktur behandelt werden. Kommen neben Bluthochdruck noch weitere Symptome einer Gestose hinzu, darf Akupunktur nur adjuvant und nach sorgfältiger Abwägung angewendet werden, siehe Gestose.

3.7. Schmerzzustände in der Schwangerschaft

Schmerzen zählen zu den Hauptindikationen der Akupunkturbehandlung. Wegen der ausgeprägten analgetischen Wirkungen und der völligen Nebenwirkungsfreiheit bietet sich dieses Verfahren bei allen Schmerzzuständen in der Schwangerschaft an. Im Vorfeld muss eine genaue Abklärung der Beschwerden erfolgen. Außerdem ist zu beachten, dass auf die bei einem typischen Fülle-Zustand angewendete kräftige Manipulation in der Schwangerschaft verzichtet werden muss. In der Schwangerschaft ist es verboten bei Schmerzen eine kräftige Manipulation auszuüben, besonders die lokalen Punkte der Lumbalregion, da sie einen starken Bezug zum Uterus haben. Eine neutrale Stimulation reicht zur Linderung der Beschwerden aus.

3.7.1. Rückenschmerzen, Lumboischialgie

Da eine medikamentöse Therapie in der Schwangerschaft nahezu ausgeschlossen ist, hat sich die Akupunktur gut als Behandlungsmöglichkeit bewährt.

Es wird in zwei Formen der Ischialgie unterschieden. Einmal die Ischialgie der Blasenleitbahn und die Ischialgie der Gallenblasenleitbahn. Bei der Blasenleitbahn-Ischialgie entspricht die Schmerzsymptomatik dem Verlauf der Blasenleitbahn, also von Lumbalregion über das Gesäß nach hinten in die Kniekehle ausstrahlend. Bei der Ischialgie der Gallenblasenleitbahn strahlen die Schmerzen seitlich betont über

die Hüfte in den Oberschenkel und in die Knieregion aus. Bei einer Lumbago vom Blasenleitbahn-Typ ist die Beugebewegung eingeschränkt. Im Falle der Gallenblasen-Ischialgie ist die Rotationsbewegung behindert. Die genaue Differenzierung, um welchen Ischialgietyt es sich handelt, ist Voraussetzung für die richtige Punktewahl.

Empfohlene Akupunkturpunkte bei der Ischialgie der Blasenleitbahn sind die lokalen Punkte, wie BI 23 - 34, Du Mai 3, Du Mai 4, Ashi-Pkt.

Fernpunkte sind Dü 3, BI 62, BI 36, BI 40, BI 60.

Die Ischialgie der Gallenblasenleitbahn wird behandelt mit folgenden Punkten:

Lokale Punkte sind BI 23 - 34, Du Mai 3, Du Mai 4, Ashi-Pkt.

Fernpunkte, wie Gb 30, Gb 34, Gb 41, SJ 5, Le 3

Allgemeine Punkte können zur Anwendung kommen, wie Lu 7, Ma 36, Mi 6, He 7, Dü 3, BI 20, 23 - 34, 36, 40, 60, 62, Ni 3, 6, 7, Pe 6, SJ 5, Gb 41, 30, 34, Le 3, Ren Mai 4, Du Mai 3, 4, 14, 20.

In der entsprechenden Kombination Dü 3 rechts und BI 62 links wird der Du Mai geöffnet und der Dai Mai wird mit Gb 41 rechts und SJ 5 links geöffnet.

Bei einer Qi-Stagnation verwendet man Pe 6, Gb 34, Le 3 und nach Angaben des Autors Ansgar Römer, kann selbst Di 4 verwendet werden. Alle Punkte werden auf keinen Fall kräftig stimuliert, sondern es wird die „ Neutrale“ Technik angewendet.

Praktischer Bezug:

Zwischen der 37. - 38. SSW traten bei Frau V. Rückenschmerzen auf. Sie gab die Beschwerden im Verlauf der Blasenleitbahn an, die sich von der Lumbalregion über das Gesäß nach hinten über den Oberschenkel entlang zogen und in die Kniekehle ausstrahlten. Bei der Patientin war vor allem die linke Seite betroffen.

Als lokale Punkte verwendete ich BI 23 - 34, Du Mai 3, 4 und Ashi-Pkt.

Als Fernpunkte kamen Dü 3, BI 40 und BI 60 zur Anwendung.

Die Punkte nadelte ich alle in neutraler Technik und einmal in der Woche.

Die Schmerzen konnten deutlich gelindert werden, aber leider bis zum Ende der Schwangerschaft nicht beseitigt werden.

3.7.2. Kopfschmerzen und Migräne

Kopfschmerzen und Migräne lassen sich bestens mit Akupunktur behandeln. Die Diagnose kann gemäß der betroffenen Leitbahn, dem Schmerzcharakter, der Modalität und anhand von Syndromen erfolgen. Aus der genauen Einteilung der Kopfschmerzen lässt sich die Auswahl der Punkte ableiten. Die Kombination aus Nah- und Fernpunkten der betroffenen Leitbahn ist unabdingbar. Gerade bei der Diagnose Kopfschmerz/Migräne ist die Auswahl der erforderlichen Akupunkturpunkte zwingend von der Anamnese der individuellen, spezifischen Symptome und Palpation abhängig.

Jede bekannte Krankheitsursache der Chinesischen Medizin kann Kopfschmerzen erzeugen. Unter den Emotionen sind besonders Zorn, Sorge, Angst und der Schock als Kopfschmerzursache heraus zu stellen. Übermäßige mentale oder körperliche Arbeit sind direkte Kopfschmerzursachen. Traumen erzeugen oft Blutstagnationen, die leicht Kopfschmerzen produzieren. Mangelernährung, Überfluss von heiße oder nässebildende Nahrungsmitteln, zu viel Salzige oder Saures, unregelmäßig und zu spätes Essen, so wie Zusatzstoffe in Nahrungsmittel können zu Kopfschmerzen führen. Geburten, insbesondere Fehlgeburten können zu einem Blut-, Leber- und Nierenmangel beitragen, woraus dann Kopfschmerzen entstehen können. Auch äußere pathogene Faktoren wie besonders der Wind und die Nässe können Kopfschmerzen erzeugen.

Die TCM beschreibt mehrere Kopfschmerzsyndrome. Zu den bedeutsamen gehören u.a. die Ma-, Gb-, Le- und Blasenleitbahnkopfschmerzen bzw. Migräne. Nach der traditionellen Vorstellung beruhen Kopfschmerzen und Migräne auf einer oberflächlichen Blockade des Qi in den Yang-Leitbahnen des Kopfes. Nach genauer Leitbahndiagnostik werden in sorgfältiger Palpation entsprechender druckempfindlicher Akupunkturpunkte und betroffene Schmerzareale ausfindig gemacht, die dann im Leitbahnverlauf genadelt werden. Bei einer schwangeren Frau werden die wesentlichen Punkte ausgewählt und ohne Manipulation genadelt. Bestehen die Kopfschmerzen erst seit kurzer Zeit, wird anfangs täglich eine Akupunktur durchgeführt und nach Eintritt des Behandlungserfolges wird langsam ausgeschlichen. Kopfschmerzen die seit längerer Zeit bestehen, werden mit ein bis zwei Therapiesitzungen pro Woche und über einen längeren Zeitraum von 10 bis 12 Wochen behandelt.

Allgemeine Punkte zur Behandlung von Kopfschmerzen sind:

Di 4 – Hegu: reguliert das Abwehr-Qi und das Schwitzen, vertreibt Wind, reguliert das Gesicht, Augen, Nase, Mund und Ohren, aktiviert die LB und lindert Schmerz, regeneriert das Yang

Pe 6 – Neiguan: s.o.

Gb 34 – Yanglingquan: s.o.

Le 3 – Taichong: verteilt das Le-Qi, unterdrückt Le-Yang und beseitigt Wind,
nährt das Le-Blut und Le-Yin, klärt den Kopf und die Augen,
reguliert die Menstruation und den Unteren Jiao

Ansonsten müssen durch die individuelle Anamnese nach den TCM-Regeln alle weiteren Punkte nach dem jeweiligen betroffenen Element ausgewählt werden. Hauptsächlich ist das Element Holz betroffen, aber auch das Wasser- und Erdelement sind die Auslöser für Kopfschmerzen oder Migräne.

3.7.3 Karpaltunnelsyndrom

Das Karpaltunnelsyndrom kann zum Ende der Schwangerschaft eintreten. Es entsteht durch eine hormonell bedingte Wassereinlagerung in den Karpaltunnel und dadurch ein erhöhten Gewebedruck auf den Nervus medianus. Die Symptome können Taubheitsgefühl, zunehmende Schwellung, vermindertes Tastempfinden und Schmerzen in den Händen sein. Gleichzeitig zeigen sich häufig Beinödeme.

In der TCM wird es als Mi-Qi-Schwäche mit Feuchtigkeitseinlagerung bezeichnet. Gegenüber konventionellen Behandlungsmethoden ist dieses Syndrom nahezu therapieresistent. Die Akupunktur wirkt jedoch in einem hohen Prozentsatz innerhalb kürzester Zeit, so dass die Beschwerden in nur wenigen Sitzungen beseitigt oder deutlich gelindert werden können. Eine Erstverschlimmerung ist möglich, auf die die Schwangere hingewiesen werden sollte. Es ist aber kein Grund die Therapie abubrechen, sondern ganz im Gegenteil, ein Zeichen für einen Wirkungsbeginn.

Im Gegensatz zu dem Karpaltunnelsyndrom während der Schwangerschaft, wird es außerhalb der Schwangerschaft meist durch eine Überarbeitung oder Hypertrophie der Sehnenscheide verursacht. Hier besteht dann eine Schwäche im Holz-Element.

Die Symptome bestehen schon vor der Schwangerschaft und verschlechtern sich bei Belastung.

In aller Regel kann durch alleinige Akupunktur am Punkt Pe 6 nach wenigen Tagen den Schwangeren zur weitgehenden Beschwerdefreiheit verholfen werden.

3.8. Infektionen in der Schwangerschaft

Auf jeden Fall muss eine schulmedizinische Differenzialdiagnose erfolgen, erst im Anschluss darf ggf. eine Akupunkturbehandlung unterstützend durchgeführt werden. Die Akupunktur hat einen immunstimulierenden Effekt bei Infektionen und Fieber. Sie wirkt ausgleichend, beruhigend und fiebersenkend.

Es werden folgende Punkte zur begleitenden Akupunktur empfohlen:

- Di 4 – Hegu:** s.o.
- Di 11 – Quchi:** klärt Hitze, kühlt das Blut, eliminiert Wind, leitet Nässe aus und verringert Juckreiz, reguliert Qi und Blut, aktiviert die LB und lindert Schmerzen
- Lu 7 – Liegou:** s.o.
- Ma 36 – Zusanli:** s.o.
- Ma 44 – Neiting:** s.o.
- Mi 6 – Sanyinjiao:** tonisiert Mi und Ma, beseitigt Feuchtigkeit, harmonisiert Le und tonisiert Ni, reguliert die Menstruation und löst Wehen aus, harmonisiert den Unteren Jiao, reguliert das Wasserlassen und unterstützt die Genitalien, beruhigt den Geist, stärkt das Blut, aktiviert die LB und lindert Schmerzen
- Mi 10 – Xuehai:** stärkt das Blut und beseitigt Stase, kühlt das Blut, harmonisiert die Menstruation, unterstützt die Haut
- BI 23 – Shenshu:** tonisiert Ni und stärkt das Yang, unterstützt die Essenz, nähert das Ni-Yin, stärkt das Ni-Qi, reguliert die Wasserwege und das Wasserlassen, unterstützt und wärmt den Uterus, unterstützt die Ohren und Augen, die Lumbalregion
- BI 40 – Weizhong:** unterstützt die Lumbalregion, aktiviert die Lumbalregion und lindert Schmerzen, kühlt das Blut, klärt Sommerhitze und stoppt Erbrechen und Diarrhö, unterstützt die Blase
- SJ 5 - Waiguan:** beseitigt Wind und befreit die Oberfläche, unterstützt Kopf und Ohren, öffnet das Yang-Verbindungsgefäß, klärt Hitze, aktiviert LB und lindert Schmerzen
- Ren Mai 6 – Qihai:** nährt das Ursprungs-Qi, tonisiert das Qi, tonisiert die Ni und das Yang, befreit von einem Yang-Kollaps, reguliert das Qi und

harmonisiert das Blut

Du Mai 14 – Dazhui: beseitigt Wind und stärkt die Oberfläche, klärt Hitze, behandelt Malaria, tonisiert Mangelzustände, beruhigt Wind

3.9. Suchtbehandlung in der Schwangerschaft

In meiner langjährigen Arbeit auf der gynäkologischen-geburtshilflichen Abteilung musste ich mit ansehen, dass immer mehr Schwangere auf das Rauchen nicht verzichten konnten und, welche verherrenden Folgen das für das Neugeborene hatte. Aus diesem Grund ist es mir wichtig, auf das Thema Suchtbehandlung in der Schwangerschaft einzugehen.

Jeder schwangeren Frau, die in irgendeiner Weise süchtig ist, sollte dringend der Verzicht angeraten werden. Die Suchtbehandlung mittels Akupunktur bietet eine zusätzliche Therapiemöglichkeit, die gute Erfolge erzielt.

Bei nikotinbedingten Entzugssymptomen sind zahlreiche Körperakupunkturpunkte geeignet, aber auch die Ohrakupunktur kann hinzu gezogen werden. Trotz guter Vorsätze der Frauen gelingt der Ausstieg aus der Nikotinsucht aus eigener Kraft nur selten. Dieses Ziel kann bei ausreichender Motivation häufig mit Hilfe der Akupunktur erreicht werden. Als Reaktion auf die Akupunktur vermindert sich der Wunsch zu rauchen bis hin zur heftigen Aversion gegen Zigarettenrauch. Diese Veränderung wird von den Schwangeren oft wie ein im Inneren ablaufenden Umschaltvorgang empfunden und die eigene Willensanstrengung unterstützt diesen Prozess. Die Schwangere muss darauf aufmerksam gemacht werden, dass es keinen Akupunkturpunkt gibt, der ohne zusätzliche eigene Willensanstrengung den Verzicht auf die suchtauslösende Noxe bewirkt.

Für die Behandlung drogenabhängiger Schwangeren erweist sich die Akupunktur als effektives Mittel. Sie lindert Entzugssymptome, vermindert den Drogenhunger und verbessert das körperliche und seelische Wohlbefinden. Die Akupunktur kann bei der Hälfte aller drogenabhängigen Schwangeren dazu führen, dass die Neugeborenen keine Entzugserscheinungen erleiden, keinen stationären Aufenthalt in der Kinderklinik und keine anschließende medikamentöse Therapie benötigen. Die Akupunktur nach dem sogenannten NADA-Protokoll (NADA = National Acupuncture Detoxification Association) wirkt stoffunabhängig und ist daher bei allen Suchtformen geeignet.

Unter der Suchtakupunktur vermindern sich bei vielen Schwangeren die vegetativen Entzugssymptome, wie Schwitzen, innere Unruhe, Ängstlichkeit, sowie der „Suchthunger“. Selbst sehr nervöse Schwangere berichten über zunehmenden körperlichen Ausgleich und besseren, erholsameren Schlaf. Auch typische Schwangerschaftsbeschwerden wie Übelkeit und Sodbrennen lassen nach. Das Körperempfinden wird als deutlich verbessert beschrieben.

Bei allen oralen Süchten findet sich eine Schwäche des Erdelementes. Weiterhin werden die Nieren geschwächt. Beim Rauchen wird das Metall, sprich die Lunge geschwächt. Das Element Holz, insbesondere die Leber trägt bei allen Süchten zur Entgiftung bei. In der Behandlung der Nikotinsucht hat sich bewährt, dass die Schwangere am besten 5-7 Tage vor der Akupunktur vollständig auf den Nikotinkonsum verzichtet. Erst danach beginnt die biochemische Umstellung des Körpers auf den Nikotinentzug. Zu diesem Zeitpunkt setzt die Akupunkturtherapie ein. Beginnt die Akupunktur zeitgleich mit dem Nikotinverzicht, glauben viele Patientinnen, die Nadel beseitigt die Sucht allein, und ein eigenes Zutun sei nicht erforderlich. Bei dem „versetzten“ Vorgehen ist der therapeutische Erfolg deutlich höher und die Rückfallquote geringer.

Zunächst wird eine Woche täglich behandelt und ggf. wird auf ein ausschleichendes Therapieintervall übergegangen.

Nach dem NADA-Protokoll wird die Drogenentzugsbehandlung zunächst täglich durchgeführt. Nach etwa 2-3 Wochen kann auf ein langsam ausschleichendes Therapieintervall übergegangen werden.

Eine unterstützende Begleitung durch eine Selbsthilfegruppe ist der Schwangeren anzuraten.

NADA-Protokoll empfiehlt eine Ohr- und Körperakupunktur.

Am Ohr: 55 Shen Men, 51 Vegetativum, 95 Niere, 97 Leber, 101 Lunge

Am Körper: Lu 7, 9, Di 4 Ma 36, Mi 6, He 7, Bl 20, Ni 6, Pe 6, Le 3, Ren 12, 17 Du Mai 20

3.10. Beckenendlage

Aus der Beckenendlage werden ungefähr 5 % aller Kinder geboren. Für die pränatale Wendung aus der Beckenendlage gibt es keine einfache, unumstritten wirksame und dabei risikoarme Methode. Eine äußere Wendung birgt das Risiko von Nabelschnurkomplikationen, vorzeitiger Plazentalösung und akuter intrauteriner Asphyxie. Aus diesem Grund wird es in Sectiobereitschaft durchgeführt. Ein Teil der so gedrehten Kinder dreht sich bis zur Geburt erneut in die Beckenendlage. Vielen Gynäkologen ist eine vaginale Steißlagengeburt zu riskant, ganz besonders bei der Geburt des ersten Kindes. So ist in Deutschland die Sectiorate bei Erstgebärenden mit Kind in Beckenendlage sehr hoch. Das erhöhte Morbiditätsrisiko liegt bei der Mutter.

Seit vielen Jahren werden alternative Methoden beschrieben, so z.B. die „Indische Brücke“ und die Moxibustion am Akupunkturpunkt Bl 67, und sie werden bereits vielfach angewandt. Die chinesische Medizin beschreibt mit der Moxibustion einen über 90 %-igen Erfolg. Die Spontanwendungsrate aus der Beckenendlage in die

Schädellage wurde nur von wenigen Arbeitsgruppen untersucht. Sie sinkt mit zunehmender Schwangerschaftsdauer deutlich ab. Zwischen der 36. und 40. SSW liegt sie deutlich niedriger als zwischen der 32. und 35. Woche. Bei Erstgebährenden dreht sich ein in Beckenendlage liegendes Kind nach der 33. SSW nur noch in etwa 25 % in die Schädellage, nach der 37. SSW nur noch in ca 6 %. Bei Mehrgebährenden liegt die Zahl höher.

Durch Moxibustionsbehandlung am Akupunkturpunkt BI 67 konnte in einer Studie der Universitätsfrauenklinik Mannheim eine Erhöhung der Spontandrehungsrate auf 50,4 % ermittelt werden. Vorzeitige Blasensprünge, pathologische CTG-Muster und andere Komplikationen traten dabei nicht auf. Der Behandlungsbeginn, das fetale Gewicht, die Fruchtwassermenge und Plazentalokalisation hatten im Vergleich der Gruppen keinen signifikanten Einfluss auf die beobachtete Wendungshäufigkeit. Etwa 80 % aller schwangeren Frauen berichten über verstärkte Kindsbewegungen, die in der Regel schon während der Moxibustionsanwendung begannen und mehrere Stunden nach der Moxibustion andauern konnten.

Im Gegensatz zur äußeren Wendung ist diese Methode ungefährlich, da keine Nabelschnurkomplikationen provoziert werden und das Kind bei einer Kollision mit der Nabelschnur in die Ausgangsposition zurückkehrt. Jede gelungene Wendung erspart der werdenden Mutter den Kaiserschnitt. Diese ungefährliche Methode ist bis zur 37. SSW in jedem Fall gerechtfertigt, auch wenn die in Studien objektivierbare Erfolgsquote von 50,4 % statistisch hinter den chinesischen Angaben zurückbleibt. Die hohe Erfolgsquote in der chinesischen Literatur erklärt sich durch den frühen Behandlungsbeginn bereits in der 29. – 30. SSW in China.

Zu dem Thema Beckenendlage kann man in dem Buch „Wandlungsphase Wasser“ S. 30, S. 529, S. 530 von Lorenzen/ Noll u.a. folgendes erfahren:

Es kann vorkommen, dass sich ein Kind in Steißlage befindet. In diesem Fall wird empfohlen den Punkt BI 67 zu moxen, um das Kind zum Drehen in die Schädellage zu animieren.

Es ist der Punkt BI 67-Zhi Yin = extremes Yin, der direkt auf den Uterus einwirkt und dafür sorgen kann, dass sich das externe Yin in Aktivität umwandelt, also entweder den Fötus in die richtige Lage bringt oder die Geburt einleitet oder beschleunigt. Die Hauptanwendung von BI 67 ist sicherlich in der späten Schwangerschaft und bei der Geburt zu sehen. Zur Veränderung einer Steißlage des Feten wird empfohlen, diesen Punkt ab der 34. SSW mäßig aber regelmäßig mit Moxa zu behandeln. Der Punkt wird einmal täglich für 20-30 Minuten mit einer Moxazigarre sanft erwärmt, so lange bis der gewünschte Effekt eingetreten ist. Es darf danach nicht weiter gemoxt werden, weil sich sonst der Embryo wieder drehen kann. Allerdings kann bei disponierten Frauen die Moxibustion von BI 67 die Geburt einleiten, somit trägt die Anwendung die Gefahr einer Frühgeburt in sich.

Zur Geburtseinleitung ist BI 67 ein exzellenter Punkt in Verbindung mit Ni 6.

Die Moxatherapie ist bei vorzeitiger Wehentätigkeit absolut kontraindiziert, da eine Verstärkung der vorzeitigen Wehentätigkeit provoziert werden kann!

Desweiteren darf die Behandlung nicht durchgeführt werden bei Risikoschwangerschaften, Oligohydramnion oder Uterusanomalien.

Bei einem normalen Verlauf der Schwangerschaft werden folgende Punkte empfohlen: In erster Linie Bl 67 mit Moxa. Die Moxibustion des Akupunkturpunktes Bl 67 ist der reinen Nadelakupunktur überlegen. Unterstützend kann man weitere Punkte wählen, wie Ma 36, Mi 6, Dü 3, Bl 60, 62, Ni 6 und 7, Pe 6, Gb 34, Le 3, Du Mai 4.

4. Geburtsvorbereitende Akupunkturtherapie

4.1. Geburtsvorbereitung aus chinesischer Sicht

In der Vorbereitung zur Geburt ist es wichtig, dass Blut und Qi gestärkt werden. In China werden die Schwangeren nicht ohne dringende Indikation genadelt. Zur Geburtsvorbereitung werden auch heute noch meistens chinesische Arzneien verwendet. Als angemessene Geburtsvorbereitung ist eine ruhige letzte Schwangerschaftsphase ohne Stress und Arbeit zu verstehen. Jede Frau bzw. jedes Paar braucht eine mentale Einstellung und Vorbereitung auf die bevorstehenden Neuerungen in der Familie.

4.2. Geburtsvorbereitung aus westlicher Sicht

In den meisten Kliniken in Deutschland hat sich die geburtsvorbereitende Akupunkturtherapie Mannheimer Schema nach Römer etabliert.

Die Akupunkturtherapie nach dem morphologischen Schema sollte als von den Frauen gut angenommene, komplikationslose und nachweislich wirksame geburtsvorbereitende Maßnahme allen Schwangeren mit einem unkomplizierten Schwangerschaftsverlauf ergänzend empfohlen werden.

Dem geburtsvorbereitenden Akupunkturschema liegt ein ausgeglichenes Therapiekonzept entsprechend der Regeln von Yin und Yang zugrunde. Die Punkte Gb 34, Ma 36 und Bl 67 entsprechen der Yang-Kategorie, der Punkt Mi 6 der Yin-Kategorie.

Der Punkt Mi 6 repräsentiert als Kreuzungspunkt der drei Yin-Leitbahn (Mi, Le, Ni) und sorgt somit für ein ausgewogenes Yin-Yang-Verhältnis.

Der Meisterpunkt der Muskulatur Gb 34-Yanglingquan hat eine gute Wirkung auf die Uterusmuskulatur.

Der Punkt BI 67-Zhiyin ist der Tonisierungspunkt des Blasenmeridians im Funktionskreis Wasser, dem auch der Uterus zugeordnet ist und eine starke Wirkung auf die Urogenitalregion und den Uterus sowie wehenauslösende Effekte hat.

Ma 36 Zusanli unterstützt das Yang, das Element der Erde und die Zervixreifung.

Der Punkt Mi 6 Sanyinjiao stärkt die Mitte bei der Blut- und Qi-Bildung, stärkt das Yin und das Element Erde.

In der Literatur gilt der Punkt Mi 6 kontraindiziert in der Schwangerschaft. Der Autor und Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Dr. med. Ansgar Römer hat dazu eine andere Meinung. Er sagt: „Es gilt heute als gesichert und wurde auch durch eine Studie der Universitätsfrauenklinik Mannheim belegt, dass der Akupunktur keine spezifisch schwangerschaftsgefährdende Wirkung zukommt. Eine bereits latent geschädigte oder gefährdete Schwangerschaft mit vorzeitigen Wehen oder eine beginnende Fehl- oder Frühgeburt kann jedoch unbemerkt voranschreiten, da die Akupunktur Symptome abschwächen kann.

Es gibt keine verbotenen Punkte in der Schwangerschaft, nur verbotene Manipulationstechniken! Reiztechniken wie starke Manipulation und regionale Elektrostimulation an Lokal- wie auch Fernpunkten mit Wirkung auf den Uterus sind verboten.

Alle die zu beobachtenden positiven Effekte unterstützen die Empfehlung, die physiologisch wirkende Akupunkturtherapie als Standardtherapie im Rahmen der Geburtsvorbereitung einzusetzen, zumal sie auch Schwangerschaftsbeschwerden wie Sodbrennen, Schlafstörungen, Ödemneigung und Schmerzen positiv beeinflusst.

Praktischer Bezug:

In Absprache mit der betreuenden Hebamme habe ich bei meiner Patientin die geburtsvorbereitende Akupunktur nach Römer angewendet.

Da sich der Schwangerschaftsverlauf bisher als unkompliziert darstellte, konnte ich dieses Therapieschema unbedenklich anwenden. Vor der ersten Sitzung habe ich Frau V. darüber informiert, dass sie während und in den Stunden nach der Akupunktur verstärkte Kindsbewegungen beobachten kann, die als normale Reaktion auf die Akupunktur eintreten und als positives Zeichen gelten.

Ab der 36. SSW begann ich mit der Behandlung einmal wöchentlich für 20 Minuten und wählte die tonisierende Technik für folgende Punktekombination aus:

Gb 34 – um die Muskulatur zu kräftigen

Ma 36 – um die Zervixreifung zu unterstützen

Mi 6 – um die Mitte zu stärken

Ab der 38. SSW kam zusätzlich Bl 67 dazu, da er den Uterus tonisiert und wehenauslösend wirkt. Die Nadelung von Bl 67 ist sehr schmerzhaft, alternativ kann er auch gemoxt werden.

5. Die Geburt

5.1. Die 5 Wandlungsphasen während der Geburt

Das Element Holz entspricht dem Geburtsbeginn mit dem Beginn der Wehen ist die Geburt in der Eröffnungsphase.

Das Element Feuer ist dem Tiefertreten des Kindes im Geburtskanal und den entsprechenden Bewegungs-Rotationsabläufen zugeordnet.

Das Element Erde wird mit der Integration der Abläufe und einem Zustand der Beckenmitte in Verbindung gebracht.

Die nachfolgende Drehung des Kindes im Geburtskanal und der entsprechende Höhenstand auf dem Beckenboden entspricht dem Element Metall. Der in dieser Geburtsphase oft zu beobachtende emotionale Zustand der Weinerlichkeit entspricht ebenfalls der Zuordnung des Elements Metall.

Die Austreibungsphase ist geprägt vom Element Wasser. Es handelt sich hier um die entscheidende Phase des Loslassens. Häufige emotionale Reaktionen der Gebärenden in dieser Phase: „Ich will nicht mehr, ich kann nicht mehr.“

Der Kreislauf der fünf Wandlungsphasen unter der Entbindung schließt sich mit dem Zeitpunkt der Geburt, der dem Element Holz, dem Werden und Wachstum entspricht.

5.2. Akupunktur unter der Geburt

Die Akupunktur ist wegen ihrer guten sedierenden, analgetischen, wehenkoordinierenden und sogar euphorisierenden Wirkung gut geeignet, um sie unter der Geburt einzusetzen. Die Schmerzempfindung wird deutlich herabgesetzt. Dazu kommt eine gute Entspannung, wodurch sich die geburtserleichternden Effekte der Akupunktur erklären lassen. Sie erlauben eine bessere Verarbeitung der Wehen in der Eröffnungsphase und unterstützen positiv die Kooperationsfähigkeit der Schwangeren unter der Geburt. Die Akupunktur ist wirksamer als eine rein physiologisch wirkende geburtserleichternde Maßnahme, da bei dieser Methode zu den physiologischen Elementen noch ein psychischer und neuroendokriner Effekt hinzukommt. Im Hinblick auf die Schmerzverarbeitung ist die Akupunkturwirkung mit der Gabe eines stärkeren zentralwirkenden Analgetikums vergleichbar, ohne die Erlebnis- und Kooperationsfähigkeit zu beeinträchtigen. Auch unerwünschte Nebenwirkungen für das Kind, wie die postnatale Atemdepression des Neugeborenen nach Verabreichung von Opiaten sind durch den Einsatz von der

Akupunktur nicht zu befürchten. Die Akupunktur soll die Optionen der Geburtserleichterung ergänzen und erweitern.

Unter der Geburt ist Du Mai 20-Baihui ein besonders wichtiger Punkt. Er wirkt stark entspannend und psychisch ausgleichend. Durch seine Wirkung auf die Urogenitalregion und den Beckenboden wird der Geburtsfortschritt unterstützt. Jedoch ist bei geringer Wehentätigkeit Vorsicht geboten, denn diese kann bei der Nadelung von Du Mai 20 nachlassen.

Die Kunst der Akupunktur unter der Geburt besteht in der entsprechend individuellen Auswahl der für die Situation wirksamsten Akupunkturpunkte, angepasst an den Geburtsverlauf nicht hinderlich zu sein.

Aus der Sicht der TCM ist die Geburt ein Yang-Zustand. Beim Auftreten von Störungsmustern kann es zu einem Füllesyndrom kommen. Das notwendige Manipulationsverfahren ist genau zu beachten. Gebärende mit starker Neigung zu Füllezeichen müssen mit sedierenden, ableitenden Techniken behandelt werden. Gebärende mit Anzeichen von Leerezuständen sind tonisierend zu behandeln. Hier ist eine genaue Diagnosestellung unabdingbar. Eine Frau mit Füllezuständen hat z.B. kaum oder keine Pause zwischen den Wehen, hat einen starken Bewegungsdrang, ist unruhig oder hat sehr starke Rückenschmerzen insbesondere im Kreuzbein. Bei Leerezeichen hat die Gebärende z.B. kein Bewegungsbedürfnis, Bewegung verschlimmert die Beschwerden, sie haben das Bedürfnis zu liegen, starke Reize empfinden sie als sehr unangenehm, Schutzbedürfnis und Ruhe können weitere Zeichen einer Leeresituation sein. Die Leerezustände sind tonisierend zu behandeln.

Auch wenn die Phase der Geburt in der Gesamtheit als Yang – Zustand betrachtet wird, tritt im Geburtsverlauf ein ständiger Wechsel von Yin- und Yang-Phasen auf. So entspricht die Wehe einem Yang-Zustand, hingegen ist die Wehenpause als Yin-Zustand zu deuten. Eine längerfristige Andauer eines übermäßigen Yang-Zustandes und einer damit ggf. verbundenen Fülle kann das Yin verbrauchen. Dies äußert sich u.a. in Schwäche und Erschöpfung der Gebärenden und einer sekundären Wehenschwäche oder einer atonischen Nachblutung (= mangelhafte Kontraktion der Gebärmutter unter und nach der Geburt mit dadurch bedingter starker Nachblutung).

Empfohlene Akupunkturpunkte unter der Geburt sind: Di 4,10, Ma 36, 44, Mi 6, He 7, Dü 3, Bl 20, 23, 25-34, 40, 60, 62, 67, Ni 7, Pe 6, Gb 21, 34, 41, Le 3, Ren Mai 3, 4, 6, Du Mai 3, 4, 20.

Die Elemente Holz, Erde und Wasser sind insbesondere während der Geburt involviert und es wird „das geburtshilfliche Element-Dreieck“ genannt.

5.3. Schmerzlinderung unter der Geburt

Die Akupunktur sollte mit dem Ziel der Schmerzlinderung schon in der frühen Eröffnungsphase begonnen werden, um einen sich anbahnenden Zyklus aus Angst-Verspannung-Schmerz zu verhindern oder zu durchbrechen.

Im Wesentlichen geht es darum, körperlich wie mental den Zugang zu den Ressourcen sicherzustellen, sowie die Blockaden im Qi-Fluss aufzulösen. Kommt es zu einer Störung des Geburtsbeginns differenziert man nach den chinesischen Syndromen und Bildern. Zur Identifizierung sollten zwei Fragen gestellt werden:

- Wo fehlt die Kraft?
- Wo ist eine Stagnation?

Die Therapieprinzipien ergeben sich daraus: „Stärken“ mit den Hauptpunkten Ni 3-Taixi und Mi 6-Sanyinjiao und Ma 36-Zusanli; „Bewegen“ hier hat sich die Kombination der „vier Tore“ Di 4-Hegu und Le 3-Taichong bewährt, sie bewirken das „Fließenlassen“.

Folgende Störungen können u.a. auftreten:

Mi-Qi-Mangel, der mit den Punkten Mi 6, Ma 36, Bl 20 behandelt wird

Le-Qi-Stagnation: Le 3,2, Pe 6

Ni-Qi- und Jing-Mangel: Bl 23, 67, Ni 1, Du Mai 20

Emotionale Ursachen: Pe 6, He 7, Yintang, Du Mai 20

Bewährte Lokalpunkte: Bl 31, 32

Zur Schmerzlinderung sind vor allem Di 4, 10 und zusätzlich ist die Nadelung von Du Mai 20 empfehlenswert. In China werden die analgetischen Punkte kräftig manuell stimuliert und ein entsprechend intensives De-Qi-Gefühl ausgelöst. In unserem Kulturkreis lehnen die Schwangeren diese intensive Art der Stimulation überwiegend als unangenehm ab. Aus diesem Grund kann eine Elektrostimulation an den Analgesiepunkten vorgenommen werden, die wesentlich angenehmer und ebenso wirkungsvoll ist.

5.4. Geburtseinleitung

Geht eine schwangere Frau über den errechneten Geburtstermin kann eine 1-2 Mal tägliche Akupunktur erfolgen. Bester Therapieeffekt hat sich bei bereits bestehender erhöhter Wehenbereitschaft gezeigt. Wird die Geburt durch einen Blasensprung und fehlenden Wehen eingeleitet, ist eine sehr sparsame Akupunktur durchzuführen, d.h. es wird ein Punkt entsprechend dem aktuellen Beschwerdebild ausgewählt. Eine bequeme Lagerung und Beweglichkeit stehen im Vordergrund. Diese Art der

Geburtseinleitung sollte mit einer intensiven und individuellen Betreuung z.B. durch die Hebamme einhergehen. Als angemessenes Eingreifen sind eine psychologische Exploration der Situation der werdenden Eltern, eine Beratung zur Lebensführung und eben die sehr sparsame Akupunktur zu werten.

Die Akupunktur darf nicht angewendet werden, wenn der Uterus nicht wehenbereit ist oder ein geburtsunreifer Befund vorliegt. Da der individuelle Geburtstermin nur schwer genau vorhersagbar ist, sollte nur bei Symptomen der Mutter behandelt werden. Beispielsweise kann der Feuchtigkeits- und Schleimbefund der Mutter oder deren Leber-Qi-Stagnation die Ursache für eine Störung und Behinderung des Geburtsbeginns darstellen. In diesem Fall darf diese Störung behandelt werden, wodurch sich die mütterlichen Bedingungen für die bevorstehende Geburt verbessern lassen. Ist der Befund jedoch physiologisch der Situation entsprechend, gilt es abzuwarten.

Immer in enger Zusammenarbeit mit der Hebamme und Gynäkologen könnte zur Geburtseinleitung folgende Punktekombination gewählt werden:

Fernpunkte: Di 4 und Mi 6 – oxytocinähnlicher Effekt, verursacht reguläre

Uteruskontraktionen

BI 67 – verstärkt die Uteruskombination bei latenter Wehenbereitschaft in regulären Wehen, aber zu früh eingesetzt, kann er einen Blasensprung auslösen

Zusatzpunkte: Le 3 – Hypertonus

Ma 36 – Übelkeit, mütterliche Erschöpfung

Pe 6 – Übelkeit

Mi 9 – bei erschwelter Miktion

Kombination von Lokal- und Fernpunkten: BI 54, Di 4, Mi 6 – bewirkt reguläre

Uteruskombination

Praktischer Bezug:

Da der gynäkologische Befund meiner Patientin an ihrem errechneten Geburtstermin regelrecht war, hieß es für uns abzuwarten, lediglich die Akupunktur zur Geburtsvorbereitung lief wie besprochen weiter. Nach vier Tagen bekam Fr. V. einen Blasensprung ohne Wehen. Sie begab sich in die Klinik und wurde nach den westlichen Leitlinien behandelt. In Absprache mit dem Gynäkologen, der Hebamme und auf Wunsch meiner Patientin durfte ich in den letzten sechs Stunden der Geburt

anwesend sein. Die Patientin war an einem Wehentropf angeschlossen, dadurch sehr unruhig und von der Heftigkeit der Wehen „überrumpelt“. In dieser Phase lehnte sie jegliche Akupunktur ab. Lediglich eine Massage des unteren Rückens ließ sie zu und empfand es auch als wohltuend. Nach etwa 12 Stunden gebar sie einen gesunden und kräftigen Jungen.

5.5. Dysfunktionelle Wehen und Wehenkoordinationsstörungen

Die Akupunktur kann bei protrahierter Geburt hilfreich eingesetzt werden. Für die Indikation und Wirkung entscheidend ist jedoch eine genaue Analyse der Ursachen. Vor einem unkritischen Einsatz muss gewarnt werden.

Bei Wehenkoordinationsstörungen müssen zunächst Kontraindikationen für die Methode ausgeschlossen werden. Gerechtfertigt ist die Akupunktur dort, wo eine natürliche Geburt möglich erscheint und weder Mutter noch Kind durch eine konservative Geburtsleitung gefährdet sind. Beruht die Wehenkoordinationsstörung auf Angst, Verspannung oder erhöhter Schmerzempfindlichkeit ist dies in der Regel eine Indikation, die der Akupunktur sehr gut zugänglich ist.

Bei Wehenkoordinationsstörungen liegt nach TCM-Sicht eine Störung des Funktionskreises Holz mit der dazugehörigen Uterusmuskulatur und den betroffenen Leitbahnen Leber und Gallenblase vor. Ferner wird die Wehenstörung als eine Stagnation von Blut und Qi angesehen.

Die Therapieprinzipien bestehen darin Blut zu stärken, Qi bewegen und eventuell Uteruskontraktionen zu stärken oder bei zu starken Schmerzen zu sedieren.

Dazu empfohlene Akupunkturpunkte sind: Di 4, Ma 36, Mi 6, Bl 20, 23, 25-34, 40, 60, 67, Ni 7, Pe 6, Gb 21, 34, 41, Le 3, Ren Mai 3, 4, 6, Du Mai 3, 4, 20.

5.6. Plazentalösungsstörungen

Es gibt v.a. zwei Ursachen dafür, dass sich die Plazenta nicht löst: Entweder es liegt ein Stau von Qi, Blut oder Jing vor. Im Shou Shi Bian wird das Drängen der Frau zur Geburt als Ursache angegeben: Der Untere Jiao wurde zu schnell geöffnet und schließt sich daher auch zu schnell wieder.

Durch Akupunktur ist eine spontane Plazentalösung mit oft deutlicher Verminderung der Lösungsblutung möglich. Der Einfluss der Akupunktur bei Plazentalösungsstörungen ist eindrucksvoll. Als Therapiepunkt verwendet man im Wesentlichen den Nahpunkt Ni 16 aufgrund seiner segmental-reflektorischen Wirkung auf den Uterus. Ähnliche Erfahrungen werden nach der TCM mit dem Fernpunkt Mi 6 beschrieben. In 80 % kann dabei eine Plazentalösung durch Akupunktur erzielt werden. Vielen Entbundenen bleibt dadurch die belastende

Prozedur einer manuellen Plazentalösung mit all ihren Nebenwirkungen und dem Risiko der Narkose erspart. Auch der postpartale Blutverlust ist geringer.

Praktischer Bezug:

Die Plazenta hat sich bei Fr. V. nach der Geburt nicht spontan gelöst und somit einigten wir uns, dass ich es nach 30 Minuten mit der Akupunktur versuche. Die Patientin hatte wie oben berichtet einen vorzeitigen Blasensprung ohne Wehen, bekam einen Wehentropf, der die „künstlichen“ Wehen auslöste und damit eine lange mittelschwere Geburt mit relativem Blutverlust hinter sich ließ. Sie sah blass aus und hatte deutliche Zeichen der Schwäche; ihre Zunge war blassrosa mit dünnem weißlichem Belag und der Puls zeigte sich an allen Positionen schwach, damit war schnell klar, dass sie an einem Qi- und Blutmangel litt.

Ich nadelte Mi 6, den Fernpunkt, um Qi und Blut zu stärken und Ni 16 aufgrund seiner direkten Wirkung auf den Uterus. Nach Setzen der Nadeln warteten wir 10 Minuten ab. Die Patientin empfand verstärkte Kontraktionen und die Plazenta konnte mit nur leichtem Zug an der Nabelschnur entwickelt werden.

Neben der Hebamme begleitete ich die junge, fröhlich strahlende Familie auch noch eine geraume Zeit im Wochenbett. Die ersten Wochen und Monate verliefen ohne größere Sorgen und Probleme. Der Säugling wurde voll gestillt und entwickelte sich prächtig.

5.7. Mastitis

Die Brust wird nach der TCM über den inneren Ast der Leber-Leitbahn versorgt und das Drüsengewebe gehört der Magen-Leitbahn an. Die Leber-Leitbahn sorgt für den freien und harmonischen Fluss von Qi und den Säften in allen Richtungen. Stress, Frustration und innere Anspannung beeinflussen den freien Energiefluss im Verlauf der Leitbahn und ein Stau ist die Folge. Stagnation des Qi-Flusses führt zu den klinischen Folgen Stau und Brustschmerz.

Die Milch entsteht aus Qi und Säften, Qi bewegt das Blut und die Säfte. Wenn Qi stagniert, stagniert auch das Blut, was zu einer Retention von Milch und somit zur Hitzeentwicklung und damit zum Säfteverbrauch führt. Der Milchfluss wird stark vermindert. Es kommt zur Stau- und Knötchenbildung sowie zur Blockade im Netzwerksystem der Milchgänge. Die Stagnation des Qi-Flusses in der Leitbahn führt zu den klinischen Zeichen von Lymphstauung und Lymphknotenschwellung. Aus den geschilderten Zusammenhängen ergibt sich die Therapie:

- Hitze kühlen
- Regulation und Entspannung der Leitbahn
- Entfernen von Toxinen

- Befreiung des Milchflusses, Anschwellen, Fiebersenkung
- Lösen der Blockaden in der Leitbahn
- Bei Bedarf: Säfteergänzung, Qi-Vermehrung durch Tonisieren der entsprechenden Leitbahnpunkte und Zuführen von Energie in Form von Nahrung

Die Akupunktur dient als Mittler zwischen oberflächlicher und innerer Energie des Körpers und hilft bei der Mastitis rasch und gut. Rötung und Temperatur gehen bereits während der ersten Akupunkturbehandlung zurück. Die lokalen Punkte verstärken die Qi- und Blut-Regulation und lösen Blockaden in den Leitbahnen. Während der Akupunkturbehandlung kommt es in aller Regel zu einer deutlichen Abnahme der Symptome und damit zu einer Entlastung der Patientin. Bei einer fieberhaften Mastitis wird das Fieber gesenkt und dadurch normalisiert sich der Milchfluss. Schwellungen und Rötungen werden oft unmittelbar beseitigt. Bei mangelnder Laktation muss sich die Therapie über einige Tage erstrecken. Die durch Akupunktur freigesetzten Endorphine führen zu einem messbaren Anstieg des Prolaktinspiegels und damit zu vermehrter Milchbildung. Sorgfältige Stillberatung durch die Hebamme, regelmäßiges Anlegen in ruhiger Atmosphäre und Beseitigung von Stillhindernissen sowie geeignete Ernährung unterstützen die Akupunkturwirkung.

Praktischer Bezug:

Bei Frau V. entwickelte sich nach fünf Monaten eine Mastitis in der linken Brust. Die Patientin hatte Fieber, eine verhärtete und gerötete Stelle an der linken Brust. Sie fühlte sich schlapp und die Muttermilch ging an der Seite stark zurück. Die Zunge hatte abgesetzte Ränder, Zahneindrücke und die UZV war leicht gestaut. Der Puls war shuo und xian. Möglicherweise führten ungelöste emotionale Probleme zu einer Leber – Qi – Stauung.

Mit Hilfe der Akupunktur leitete ich die Hitze aus, beseitigte die Feuchtigkeit, löste die Stauung in der Leitbahn und die Schmerzen wurden gelindert. Alles, was Leber – Qi in Fluss bringt und entspannt, ist bei dieser Art der Mastitis hilfreich. So entschied ich mich für folgende Punktekombination, die ich abwechselnd an drei Tage zwei Mal täglich, dann ausschleichend nadelte:

Di 4 + Le 3 – Qi bewegen

Ren 17, M18 – mit ableitender Nadeltechnik

Le 2 – klärt Leber-Hitze

Di 11 – klärt toxische Hitze, wie hohes Fieber

Gb 41 – beseitigt Feuchtehitze und beeinflusst speziell die Mammae

Mi 6, 9, Ma 40 – beseitigen Feuchtigkeit, helfen Toxine und Eiter zu entfernen

*Pe 6, SJ 6 – beruhigen die Leber, bewegen das Qi im Thorax und in den Seiten
der Brustbereiche*

Du Mai 14 – immunstimulierende Wirkung

Es kamen weitere Therapien in Anwendung, auf die ich hier nicht näher eingehe. Im Fall der Mastitis hatte ich wiederum einen eindrucksvollen Beweis wie wirksam dieses Behandlungsverfahren ist. Ich kann es sofort einsetzen und muss nicht erst z.B. zu einer Apotheke.

6. Schlussbetrachtung

In dieser Arbeit habe ich versucht darzulegen, dass die Akupunktur in der heutigen Zeit mit den westlichen medizinischen Erkenntnissen in Einklang gebracht werden kann. Es ist großartig, wie gut sich die Akupunktur und TCM in diesem Fachbereich, der Geburtshilfe, etabliert hat und es ist nur zu wünschen, dass es auch in anderen Bereichen gelingt.

Für meine Ausbildung und für mich persönlich war es eine lehrreiche und sehr interessante Zeit und ich bin Frau V. sehr dankbar, dass ich sie in dieser Zeit begleiten durfte.

An dieser Stelle möchte ich allen schwangeren Frauen und denen, die es noch werden wollen eine ganz wichtige Erkenntnis mit auf den Weg geben.

Jede Frau sollte sich in allen Monaten der Schwangerschaft und im Wochenbett an einen Leitspruch halten:

Mitte stärken, Mitte stärken, Mitte stärken

Dieses kann sie erreichen mit gesunder, ausgewogener Ernährung und sie sollte die Balance zwischen Anstrengung und Entspannung hinbekommen, auch mental.

Das ist so wichtig, da die Milz alle Organe und ebenfalls den Fetus an seinem Platz hält.

8. Literaturverzeichnis

- Lorenzen/ Noll – Wandlungsphasen „Wasser“
- Ansgar Römer – Akupunktur für Hebammen, Geburtshelfer und Gynäkologen
- Giovanni Maciocia – Grundlagen der chinesischen Medizin
- Claudia Focks – Leitfaden Chinesische Medizin
- Peter Deadman – Handbuch Akupunktur