



Akupunktur von Knie bis Schulter

So hilft Stechen dem Bewegungsapparat

Bei Patienten findet die Akupunktur von jeher großen Anklang. Auch viele Ärzte glauben an die fernöstliche Heilmethode, obwohl bis heute die Wirkweise nicht komplett verstanden ist. In Deutschland bieten über 12.000 Mediziner die alternative Therapieoption an, darunter zahlreiche Orthopäden. Denn Erkrankungen des Bewegungsapparates sprechen besonders gut auf die Nadelungen an.

Ob chronische Knie-, Kreuz- oder Spannungskopfschmerzen, die Nadeln sind mindestens genauso wirksam wie konventionelle Therapieoptionen, betont Prof. Albrecht Molsberger, Orthopäde aus Düsseldorf und Leiter der Forschungsgruppe Akupunktur in der Zeitschrift „Der Orthopäde“.

Das bestätigt nicht nur Molsbergers langjährige Erfahrung, große multi-

zentrische, kontrollierte Wirksamkeitsstudien wie die GERAC (German Acupuncture)- und ART (Acupuncture Randomized Trials)-Studien haben die Wirksamkeit nachgewiesen. Die gesetzlichen Krankenkassen haben daher im Jahr 2007 die Akupunktur bei chronischen Kreuzschmerzen und Gonarthrose in ihren Leistungskatalog aufgenommen.

Den richtigen Punkt finden ...

Die chinesische Medizin interpretiert Erkrankungen des Bewegungsapparates als Blockade der sogenannten Lebensenergie „Qi“, ausgelöst durch klimatische Faktoren, Überlastungen und Fehlernährung. Die Blockaden werden den Akupunkturmeridianen, aber auch Muskeln, Sehnen und Organen zugeordnet. „Bei orthopädischen Indikationen werden die Akupunkturpunkte primär nach den Meridiantheorien ausgewählt“, erklärt Molsberger und beschreibt die Punktkombination – Ahshi-Punkte, Nahpunkte, Fernpunkte – als typisch für die Behandlung orthopädischer Beschwerdebilder.

Ahshi-Punkte befinden sich direkt in der schmerzenden Region. Nahpunkte liegen auf Meridianen, die über das erkrankte Areal hinwegziehen oder in der Nähe liegen. Fernpunkte gehören entweder ebenfalls zu diesen Meridianen oder liegen auf topografisch analogen Meridianen. Punkte mit symptomatischer Wirkung (z.B. analgetisch oder relaxierend) oder Wirkung auf bestimmte Gewebe (z.B. Sehnen, Muskeln und Knochen) können ergänzend stimuliert werden. Die Nadeln werden unterschiedlich tief eingestochen, subkutan, intramuskulär oder bis zum Periost. Bei korrekter Stichtechnik und -tiefe empfindet der Patient ein Druck- oder Wärmegefühl, das sogenannte „DeQi“.

Wichtige orthopädische Akupunkturpunkte

Schmerzen im Kniegelenk: Für die Gonarthrosetherapie sind Lokal- und Nahpunkte entscheidend. Die Ahshi-Punkte müssen exakt getroffen →



Die Akupunktur ist längst in der westlichen Medizin angekommen.

TARGIN® ENTHÄLT EIN OPIOID.

TARGIN® 5 mg/2,5 mg,
10 mg/5 mg, 20 mg/10 mg

mg, 40 mg/20 mg Retardtabletten. Wirkstoffe: Oxycodonhydrochlorid, Naloxonhydrochlorid. Verschreibungspflichtig. **Zusammensetzung:** Arzneilich wirksame Bestandteile: 1 Retardtablette TARGIN® 5 mg/2,5 mg enthält 5 mg Oxycodonhydrochlorid entspr. 4,5 mg Oxycodon und 2,73 mg Naloxonhydrochlorid-Dihydrat entspr. 2,5 mg Naloxonhydrochlorid, entspr. 2,25 mg Naloxon. 1 Retardtablette TARGIN® 10 mg/5 mg enthält 10 mg Oxycodonhydrochlorid entspr. 9,0 mg Oxycodon und 5,45 mg Naloxonhydrochlorid-Dihydrat, entspr. 5,0 mg Naloxonhydrochlorid, entspr. 4,5 mg Naloxon. 1 Retardtablette TARGIN® 20 mg/10 mg enthält 20 mg Oxycodonhydrochlorid entspr. 18,0 mg Oxycodon und 10,9 mg Naloxonhydrochlorid-Dihydrat entspr. 10,0 mg Naloxonhydrochlorid, entspr. 9,0 mg Naloxon. 1 Retardtablette TARGIN® 40 mg/20 mg enthält 40 mg Oxycodonhydrochlorid entspr. 36,0 mg Oxycodon und 21,8 mg Naloxonhydrochlorid Dihydrat entspr. 20,0 mg Naloxonhydrochlorid, entspr. 18,0 mg Naloxon. Sonstige Bestandteile: Ethylcellulose, Stearylalkohol, Lactose-Monohydrat, Talkum, Magnesiumstearat, Polyvinylalkohol, Macrogol 3350, Titandioxid (E171). Zusätzlich für TARGIN® 5 mg/2,5 mg: Hypromellose, Brillantblau FCF, Aluminiumsulfat (E133). Zusätzlich für TARGIN® 10 mg/5 mg: Povidon K30. Zusätzlich für TARGIN® 20 mg/10 mg: Povidon K30, Eisen(III)-oxid (E172). Zusätzlich für TARGIN® 40 mg/20 mg: Povidon K30, Eisen(III)-hydroxid-oxid x H₂O (E172). **Anwendungsgebiete:** Starke Schmerzen, die nur mit Opioid-Analgetika ausreichend behandelt werden können. Der Opioidantagonist Naloxon wirkt einer Opioid-induzierten Obstipation entgegen, indem er die Wirkung des Oxycodons an den Opioidrezeptoren lokal im Darm blockiert. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen die Wirkstoffe oder einen der sonstigen Bestandteile und jegliche Situationen, in denen Opiode kontraindiziert sind, schwere Atemdepression mit Hypoxie und/oder Hyperkapnie, schwere chronisch obstruktive Lungenerkrankung, Cor pulmonale, schweres Bronchialasthma, nicht Opioid-bedingter paralytischer Ileus, mittlere bis schwere Leberfunktionsstörung. **Nur unter besonderer Vorsicht anwenden** bei älteren oder geschwächten Patienten, Patienten mit Opioid-bedingtem paralytischem Ileus, Patienten mit leichter Leberfunktionsstörung oder mit Nierenfunktionsstörungen, schwerer Beeinträchtigung der Lungenfunktion, Myxödem, Hypothyreose, Addison-scher Krankheit (Nebennierenrinden-Insuffizienz), Intoxikations-Psychose, Cholelithiasis, Prostatahypertrophie, Alkoholismus, Delirium tremens, Pankreatitis, Hypotonie, Hypertonie, vorbestehenden Herz-Kreislauferkrankungen, Kopfverletzungen (Risiko von Zuständen mit erhöhtem Hirndruck), Epilepsie oder Prädisposition zu Krampfanfällen, Patienten, die MAO-Hemmer einnehmen. Eine Anwendung bei Krebspatienten mit Peritonealkarzinose oder beginnender Darmobstruktion wird aufgrund fehlender klinischer Erfahrungen nicht empfohlen. Eine Anwendung bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren wird nicht empfohlen. Patienten mit der seltenen hereditären Galactose-Intoleranz, Lactase-Mangel oder Glucose-Galactose-Malabsorption sollten TARGIN® Retardtabletten nicht einnehmen. **Nebenwirkungen:** **Erkrankungen des Immunsystems:** Gelegentlich: Überempfindlichkeitsreaktionen. **Stoffwechsel- und Ernährungsstörungen:** Häufig: Appetitabnahme bis zum Appetitverlust. **Psychiatrische Erkrankungen:** Häufig: Unruhe. Gelegentlich: Denkstörung, Angst, Verwirrheitszustände, Depressionen, euphorische Stimmung, Halluzinationen, Schlaflosigkeit, Nervosität. **Selten:** Alptraum. **Erkrankungen des Nervensystems:** Häufig: Schwindelgefühl, Kopfschmerz. Gelegentlich: Aufmerksamkeitsstörungen, Parästhesien, Somnolenz, Sprachstörungen, Tremor. **Selten:** Konvulsionen (insbes. b. Pers. m. Epilepsie od. Prädisposition z. Krampfanfällen), Sedierung, Synkope. **Augenerkrankungen:** Gelegentlich: Sehstörungen. **Erkrankungen des Ohrs und des Labyrinths:** Häufig: Vertigo. **Herz-Krankheiten:** Gelegentlich: Angina pectoris, insbes. bei Pat. mit vorbestehender koronarer Herzkrankheit. **Selten:** Tachykardie. **Gefäß-Erkrankungen:** Häufig: Blutdruckabfall. Gelegentlich: Blutdruckanstieg. **Erkrankungen der Atemwege, des Brustraums und Mediastinums:** Gelegentlich: Dyspnoe, Rhinorrhoe, Husten. **Selten:** Gähnen. **Sehr selten:** Atemdepression. **Erkrankungen des Gastrointestinaltrakts:** Häufig: Abdominalschmerz, Obstipation, Diarrhoe, Mundtrockenheit, Dyspepsie, Erbrechen, Übelkeit, Flatulenz. Gelegentlich: aufgetriebener Bauch, Aufstoßen. **Selten:** Zahnerkrankungen. **Leber- und Gallenerkrankungen:** Häufig: Erhöhung leberspezifischer Enzyme. Gelegentlich: Gallenkolik. **Erkrankungen der Geschlechtsorgane und der Brustdrüse:** Gelegentlich: Erektionsstörungen. **Erkrankungen der Haut und des Unterhautzellgewebes:** Häufig: Pruritus, Hautreaktionen/Hautausschlag, Hyperhidrosis. **Skelettmuskulatur-, Bindegewebs- und Knochenkrankungen:** Gelegentlich: Muskelkrämpfe, Muskelzucken, Myalgie. **Erkrankungen der Nieren und Harnwege:** Gelegentlich: Harndrang. **Selten:** Harnretention. **Allgemeine Erkrankungen und Beschwerden am Verabreichungsort:** Häufig: Arzneimitteltoleranzsyndrom, Hitze- und Kältegefühl, Schüttelfrost, Schwächezustände (Asthenie). Gelegentlich: Brustkorbschmerz, Unwohlsein, Schmerzen, periphere Ödeme, Gewichtsabnahme. **Selten:** Gewichtszunahme. **Verletzung, Vergiftung und durch Eingriffe bedingte Komplikationen:** Gelegentlich: Verletzungen durch Unfälle. **Für den Wirkstoff Oxycodon sind die folgenden zusätzlichen Nebenwirkungen bekannt:** Auf Grund seiner pharmakologischen Eigenschaften kann Oxycodon Atemdepression, Miosis, Bronchospasmus und Spasmen der glatten Muskulatur hervorrufen sowie den Hustenreflex dämpfen. **Infektionen und parasitäre Erkrankungen:** **Selten:** Herpes simplex. **Erkrankungen des Immunsystems:** **Sehr selten:** Anaphylaktische Reaktionen. **Stoffwechsel- und Ernährungsstörungen:** **Selten:** Dehydratation, Appetitlosigkeit. **Psychiatrische Erkrankungen:** Häufig: Stimmungs- und Persönlichkeitsveränderungen, verminderte Aktivität, psychomotorische Hyperaktivität, Agilität. Gelegentlich: Wahrnehmungsstörungen (z.B. Derealisierung), verminderte Libido. **Nicht bekannt:** psychische Arzneimittelabhängigkeit. **Erkrankungen des Nervensystems:** Gelegentlich: Konzentrationsstörungen, Migräne, Geschmacksstörungen, erhöhter Muskeltonus, unwillkürliche Muskelkontraktionen, Hypoästhesie, Koordinationsstörungen. **Erkrankungen des Ohrs und des Labyrinths:** Gelegentlich: Hörstörungen. **Gefäß-Erkrankungen:** Gelegentlich: Vasodilatation. **Erkrankungen der Atemwege, des Brustraums und Mediastinums:** Gelegentlich: Dysphonie. **Erkrankungen des Gastrointestinaltrakts:** Häufig: Schluckauf. Gelegentlich: Mundulcerationen, Stomatitis. **Selten:** Melaena, Zahnfleischbluten, Dysphagie. **Sehr selten:** Ileus. **Erkrankungen der Haut und des Unterhautzellgewebes:** **Selten:** Trockene Haut. **Sehr selten:** Urtikaria. **Erkrankungen der Nieren und Harnwege:** Häufig: Dysurie. **Erkrankungen der Geschlechtsorgane und der Brustdrüse:** **Selten:** Amenorrhoe. **Allgemeine Erkrankungen und Beschwerden am Verabreichungsort:** Gelegentlich: Ödeme. **Selten:** Durst. **Nicht bekannt:** Toleranz. Hinweis: Reaktionsvermögen kann beeinträchtigt werden (Straßenverkehr!). Abhängigkeit kann sich entwickeln. Gleichzeitige Einnahme mit Alkohol vermeiden. **Mundipharma GmbH, 65549 Limburg (Lahn). Stand der Information: August 2011**

¹ Schutter U. et al. (2010): Innovative pain therapy with a fixed combination of prolonged-release oxycodone/naloxone: a large observational study under conditions of daily practice. *Current Medical Research & Opinion* 26 (6): 1377-1387

² Schutter U., Meyer C. (2009): Efficacy and tolerability of prolonged release oxycodone/naloxone. *Eur J Pain* 13 (1): S208

³ Drews R., Heinze U. (2009): Mehr Lebensqualität durch starke Wirksamkeit und überlegene Verträglichkeit von Oxycodon/Naloxon für Patienten mit Schmerzen durch Arthrose, Osteoporose oder degenerative Wirbelsäulenerkrankungen. *Der Schmerz* 23 (Suppl 1): 80

⁴ Clemens K.E., Mikus G. (2010): TARGIN® - Ergebnisse klinischer Studien unter Praxisbedingungen bestätigt. *Pharma Fokus Schmerztherapie* 1: 34-35



→ werden, betont Molsberger, sie liegen meist am unteren medialen Kapselansatz. Auch beim femoropatellaren Schmerzsyndrom ist die Akupunktur wirkungsvoll. Die besten Erfolge sind nach Molsbergers Erfahrung mit zehn bis 15 dünnen Nadeln zu erzielen, die rund um den Patellarrand gestochen werden. Bei Bakerzysten hingegen bleibt die Akupunktur wirkungslos.

Kreuzschmerzen und Ischialgien: Um Kreuzschmerzen zu behandeln, sind mindestens 11 Sitzungen notwendig, und bei jeder müssen mindestens 12 Punkte gestochen werden. Die Punktauswahl richtet sich nach Meridianen und Syndromen, wobei vor allem Nieren-Yin/Yang-Mangel, feuchte Kälte und Qi-Blutstagnation im Vordergrund stehen. Ahshi-Punkte sowie die Punkte Blase 23, 40, 54, 60 und Gallenblase 34 sind immer zu stechen, alle weiteren Punkte muss der Therapeut bei jedem Patienten individuell wählen.

Mit einer speziellen Form der Akupunktur, der Neuroakupunktur, lassen sich Ischialgien gut in den Griff bekommen; sogar ausheilen, wenn die Bandscheibenvorfälle nicht zu groß sind. Mitglieder der Forschungsgruppe Akupunktur haben diese Technik entwickelt. Seit zehn Jahren wird sie in Deutschland zur Behandlung von Radikuliden eingesetzt.

Schmerzen im Schultergelenk: Auch Patienten, die aufgrund einer Periarthritis, „frozen shoulder“ oder Tendopathie an chronischen Schulterschmerzen leiden, profitieren. Einen klinischen Erfolg erzielt aber nur der Akupunktur, der die Ahshi-Punkte exakt lokalisieren kann. Und die lassen sich an der Schulter oftmals nur tasten und stechen, wenn der Patient entsprechend gelagert ist. Die Behand-

lung chronischer tendinöser und kapsulärer Schultererkrankungen erfordert Geduld. Der Patient muss wissen, dass bis zu 15 Sitzungen notwendig sind, ehe sich die Beschwerden bessern. Akute Schultereinstellungen, auf reflektorischen Muskelversteifung basierend, lassen sich meist schon in einer bis drei Sitzungen vollständig mobilisieren. Gestochen wird der Punkt Magen 38 am Bein des Patienten. Ist die Einsteifung chronisch, kann die Nadelung an diesem Punkt die physikalische Therapie zumindest unterstützen.

Spannungskopfschmerzen und Migräne: Bei diesen Indikationen ist die Akupunktur eine gute Alternative zur herkömmlichen Behandlung und avanciert für Molsberger zur Therapie der ersten Wahl. Sie wirke, so der Autor, genauso gut, sei aber anders als die symptomatischen Therapieoptionen der Schulmedizin weit weniger nebenwirkungsbelastet. Gestochen werden Nahpunkte am Schädel und Fernpunkte an den Extremitäten. Ausschlaggebend für den Therapieerfolg ist u.a. die exakte Lokalisation der Ahshi-Punkte über den Nn. occipitalis minor et major. Diese Punkte entsprechen den Akupunkturpunkten Gallenblase 20 und 10. Gerade bei Kopfschmerzpatienten müssen die Nadeln wohl dosiert gesetzt werden, warnt Molsberger. Zu viele Nahpunkte und zu starke Nadelintensität verschlimmern die Beschwerden, so seine Erfahrungen. (Dagmar Kraus)

Molsberger A, Akupunktur in der Orthopädie, *Der Orthopäde* 2012, 41:100

