

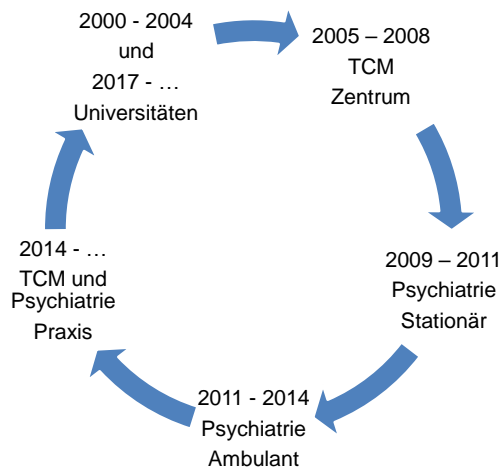
**Komplementärmedizinische Ansätze in der
niedergelassenen Praxis: Akupunktur und Hypnosetherapie**

Christian Schwegler

Arzt für Traditionelle Chinesische Medizin
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie



Mein Kreis schliesst sich



Akupunktur in der Praxis

- Die Akupunktur ist eines der ältesten noch verwendeten Heilverfahren.
 - Hinweise auf Akupunktur finden sich bei der Gletschermumie Ötzi (ca. 3.200 v. Chr.)
- In Deutschland nutzen über 30.000 Ärzte Akupunktur bei ihren Patienten
 - 40% aller niedergelassenen Orthopäden und nahezu jeder dritte Hausarzt akupunktieren.

DKG
DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR
AKUPUNKTURUniversitätsspital
Basel

Unterschiedliche Ansätze Akupunktur - Schulmedizin

- Die Akupunktur ist ein „ganzheitliches“ und „energetisches“ Heilverfahren.
 - Die Idee ist, dass der Fluss des Qi (Lebensenergie) im Körper gestört ist und dies durch Stimulation von bestimmten Körperpunkten reguliert werden kann.
 - Die Chinesische Medizin betrachtet primär Störungen der Abläufe im Körper (Physiologie) und weniger Störungen der Struktur (Anatomie).
- Gute Ergänzung zur Schulmedizin.

DKG
DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR
AKUPUNKTURUniversitätsspital
Basel

Akupunktur ist wirkungsvoll

- Akupunktur findet in erster Linie Anwendung bei der Behandlung von Schmerzen des Bewegungsapparates
 - 2002 -2007 wurden die German acupuncture Trials durchgeführt.
 - Akupunktur ist bei Gonarthrose 3 mal wirksamer als die herkömmliche mit entzündungshemmenden Schmerzmitteln.
 - Bei LWS Schmerzen ist die Akupunktur der Standardtherapie um den Faktor 1.7 überlegen.

DKG
AKUPUNKTUR
GESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Akupunktur ist wirkungsvoll

- Der am häufigsten genutzte Akupunkturpunkt ist Pe 6 zur Behandlung von Übelkeit
 - Eine Metaanalyse mit über 4000 Patienten zeigte 2008, dass Akupunktur bei Übelkeit und Erbrechen nach Operationen genauso wirksam ist wie hoch potente Antiemetika [Lee et al.]
 - Neben der postoperativen Anwendung zeigt sich der Akupunkturpunkt Pe6 auch wirksam, um die durch Chemotherapie verursachte Übelkeit von Patienten zu mildern [Molassiotis et al.]

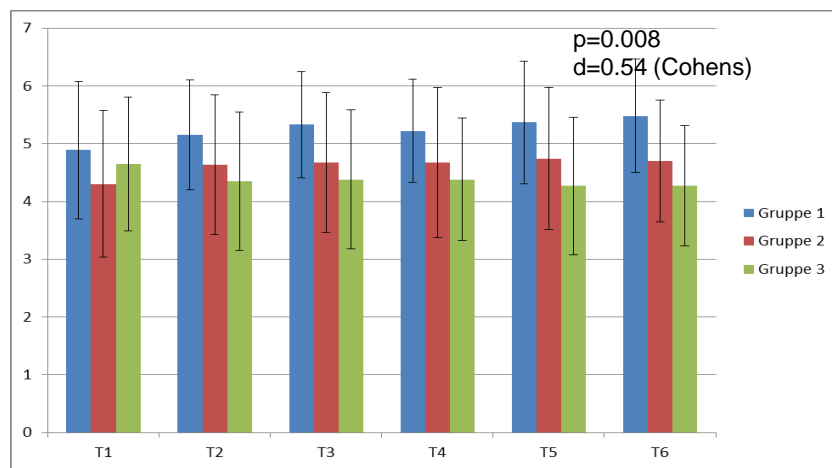
DKG
AKUPUNKTUR
GESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Untersuchung der therapeutischen Effektivität von Akupunktur bei der Behandlung der Nebenwirkungen von Strahlentherapie bei Frauen mit Mamma-CA

- 90 Frauen nach Operation und tw. Chemotherapie begleitend zur Strahlentherapie.
- 6 Wochen Therapie, 3 Akupunkturen pro Woche.
- Randomisiert, kontrolliert, verblindet.
 - Akupunktur und Placeboakupunktur nach starrem Schema
- 3 Behandlungsgruppen
 - 1. Verum-Gruppe mit TCM-Akupunktur
 - 2. Placebogruppe mit vegetativ-stimulierender Akupunktur
 - 3. Wartegruppe ohne Behandlung

DKG
KREBSGESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Untersuchung der therapeutischen Effektivität von Akupunktur bei der Behandlung der Nebenwirkungen von Strahlentherapie bei Frauen mit Mamma-CA

DKG
KREBSGESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Untersuchung der therapeutischen Effektivität von Akupunktur bei der Behandlung der Nebenwirkungen von Strahlentherapie bei Frauen mit Mamma-CA

- Um die Wirksamkeit der beiden Akupunkturverfahren gegen die Wartegruppe und auch untereinander zu vergleichen, wurden zur Beurteilung der Signifikanz zunächst ANCOVA-Testungen zur Variablen T6 mit T1 als Kovariaten durchgeführt.

Vergleich	Signifikanz im einfachen Kontrast
Gruppe 1 gegen Gruppe 3	< 0,001 (signifikant)
Gruppe 1 gegen Gruppe 2	0,031
Gruppe 2 gegen Gruppe 3	0,007 (signifikant)

Vergleich	Unterschiede als Effektstärke dargestellt: Cohens (d)
Gruppe 1 gegen Gruppe 3	1,12 (sehr grosser Unterschied)
Gruppe 1 gegen Gruppe 2	0,69 (grosser Unterschied)
Gruppe 2 gegen Gruppe 3	0,49 (mittlerer Unterschied)

DKG
KREBSGESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Hypnosetherapie in der Praxis

- Die Nutzung von Trancephänomenen wird bereits seit über 30.000 Jahren als Heilverfahren und zur Leistungssteigerung genutzt.
- Formen der Hypnosetherapie finden sich weltweit und in jeder Zivilisationsform, von indigenen Völkern bis zum Schweizer Arzt.
- In der Schweiz ist die Hypnosetherapie das am häufigsten genutzte „kleine“ Psychotherapieverfahren.

DKG
KREBSGESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Hypnosetherapie bei Krebspatienten

- Die Diagnose „Krebs“ hat einen grossen Einfluss, nicht nur physiologisch, sondern auch auf das psychische Befinden des Betroffenen
- Die Diagnose Krebs löst oft Ängste und somit auch Stress aus.
- Durch anhaltenden Stress wird das Hormon Kortisol vermehrt ausgeschüttet, was langfristig wiederum zu einer Schädigung des Immunsystems führt.

DKG
DEUTSCHE
KREBSGESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Stärkung des Immunsystems

- 1963 zeigten Black et al., dass Hypnosetherapie Einfluss auf das Immunsystem des Menschen hat
 - In dieser Studie konnte gezeigt werden, dass mittels direkter Suggestionen in hypnotischer Trance allergische Reaktionen verhindert werden konnten
- Walther Bongartz zeigte 1986, dass sich durch Hypnose Veränderungen im Blutbild erreichen liessen.
 - Plasmakortisol und Leukozyten wurden durch Hypnose verringert und gleichzeitig Granulozyten vermehrt, was darauf schliessen lässt, dass Hypnosetherapie das Immunsystem stärken kann.

DKG
DEUTSCHE
KREBSGESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Schaffung einer positiven Erwartung

- Die Erwartung von Heilung führt zur Heilung (Irving Kirsh)
 - Der Placeboeffekt bei Schmerzmitteln (von Aspirin bis Morphinum) beträgt ca. 50%, bei Antidepressiva sogar 85%.
- Machiuro konnte im Jahr 2000 beweisen, dass die Symptome von antizipatorischen Nebenwirkungen bei allen 16 behandelten Krebspatienten durch Entspannungshypnose ganz verschwanden.
 - Das bedeutet, dass Übelkeit und Erbrechen vor einer Chemotherapie-Behandlung ganz wegfielen
 - Sogar das Erbrechen nach Chemotherapie-Behandlungen konnte bei fast allen Patienten unter Kontrolle gebracht werden

DKG
KREBSGESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Studie zur adjuvanten Psychotherapie bei Krebspatientinnen

- Bereits 1989 konnte der positive Effekt von Gruppentherapie mit Selbsthypnosetechniken auf den Verlauf von Krebs von David Spiegel aufgezeigt werden.
- Die Probanden (N=86) waren allesamt Frauen mit Brustkrebs und wurden in Behandlungs- und Kontrollgruppen aufgeteilt
 - Die Patientinnen der Behandlungsgruppe lebten nach Abschluss der Intervention durchschnittlich 36 Monate
 - Die Patientinnen der Kontrollgruppe überlebten im Schnitt 18 Monate
 - Zehn Jahre später lebten noch drei Patientinnen. Alle stammten aus der Behandlungsgruppe

DKG
KREBSGESELLSCHAFTUniversitätsspital
Basel

Ziele der Hypnotherapie

- Aufbau von Hoffnung und einer positiven Erwartungshaltung.
- Training von Symptomkontrolle z.B. über Schmerzen und Übelkeit.
- Verbesserung der Emotionalen Situation durch intensive Ressourcenarbeit
- Stimulation des Immunsystems durch Imaginationstechniken.

DKG
DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR KLINISCHE HYPNOSEUniversitätsspital
Basel

Fragen

DKG
DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR KLINISCHE HYPNOSEUniversitätsspital
Basel

Literatur

Download unter www.simh.ch

- Haake M, Müller HH, Schade-Brittinger C, Basler HD, Schäfer H, Maier C, Endres HG, Trampisch HJ, Molsberger A. German Acupuncture Trials (GERAC) for chronic low back pain: randomized, multicenter, blinded, parallel-group trial with 3 groups. *Arch Intern Med.* 2007 Sep 24;167(17):1892-8.
- Lee A, Fan LTY. Stimulation of the wrist acupuncture point P6 for preventing postoperative nausea and vomiting. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2009, Issue 2. Art. No.: CD003281. DOI: 10.1002/14651858.CD003281.pub3
- Molassiotis A, Helin AM, Dabbour R, Hummerston S. The effects of P6 acupressure in the prophylaxis of chemotherapy-related nausea and vomiting in breast cancer patients. *Complement Ther Med.* 2007 Mar;15(1):3-12. Epub 2006 Sep 27.
- Black, S. (1963) Inhibition of immediate-type hypersensitivity response by direct suggestion under hypnosis. *British Medical Journal*, April 6, S. 925-929.
- Bongartz W. (1986) *Abnahme von Plasmacortisol und weissen Blutkörperchen nach Hypnose.* Experimentelle und Klinische Hypnose 1(2), S. 101-107
- Marchioro, G., Azzarello, G., Viviani, F., Barbato, F., Pavanetto, M., Rosetti, F., ... & Vinante, O. (2000). Hypnosis in the treatment of anticipatory nausea and vomiting in patients receiving cancer chemotherapy. *Oncology*, 59(2), S. 100-104.
- Spiegel, D., Bloom, JR., Kraemer HC., Gotthel E. Effect of Psychosocial Treatment on Survival of Patients with Metastatic Breast Cancer. *The Lancet*, October 14, 1989. 888-91.



DKG
DEUTSCHE
AKUPUNKTURGESELLSCHAFT



Universitätsspital
Basel