

Akupunktur gegen allergischen Schnupfen und Asthma?

ein Beitrag von Dr. med. B. Vautrin von ACE&S, die Arztpraxis für Akupunktur, Chirotherapie, Ernährungs- & Sportmedizin 04346/9 26 17 17
vautrin@aces-praxis.de www.aces-praxis.de



Wann Nadeln helfen können:

Ergebnisse einiger interessanter [Studien]

Heuschnupfen (allergische Rhinitis) durch Akupunktur nachweislich gelindert, Verbrauch von Medikamenten deutlich gesenkt sowie Verbesserung der Lebensqualität bei diesen Patienten. [1] [2]

Bei **Hausstaubmilben-Allergie** Akupunktur gleich wirksam wie Loratadin, jedoch Akupunktur-Effekt deutlich langanhaltender. [3]

Gegen **allergisch bedingten Schnupfen** empfiehlt US-Akademie „American Academy of Otolaryngology“ (HNO) bereits seit 2015 Akupunktur. [4]

Erfahrungsgemäß ähnlich gute Ergebnisse liegen für die Behandlung des **Asthma bronchiale** vor, so dass in vielen Fällen nach bzw. häufig auch schon während einer Akupunkturbehandlung Asthma-Medikamente (bronchienerweiternde Sprays, aber auch cortisonhaltige Sprays und Tabletten) deutlich reduziert, in einigen Fällen sogar komplett weggelassen werden können (Dies darf jedoch nicht in Eigenregie erfolgen, sondern muss in allen Fällen in enger Absprache mit dem behandelnden Arzt erfolgen!).

Wann ist die beste Zeit für den Beginn einer Akupunkturbehandlung gegen allergisch bedingte Erkrankungen?

Bei Heuschnupfen und saisonalem Asthma sollte die Behandlung beim Einsetzen der ersten Symptome beginnen. Zum einen spielt die genaue Art der persönlichen Beschwerden eine große Rolle für das auszuwählende Therapieschema. Zum anderen ist nur in diesen Fällen eine Wirkung der

Akupunktur durch Linderung bzw. Wegfall der Beschwerden überhaupt erst festzustellen. Beides ist im symptomfreien Intervall nicht gegeben. Somit kann bei ganzjährigen Beschwerden natürlich jederzeit mit einer Akupunkturbehandlung begonnen werden.

Für eine dauerhafte Besserung der allergischen Symptome für das laufende Jahr empfehle ich, je nach Ansprechen, 8-15 Behandlungen. Eine (meist deutlich kürzere) Behandlungssequenz empfiehlt sich dann im kommenden Jahr, falls sich erneut (häufig jedoch bereits abgeschwächte) Symptome zeigen sollten.

Was, wenn eine ausgeprägte Nadelphobie vorliegt oder Kinder behandelt werden sollen? In diesen Fällen gibt es die Möglichkeit, absolut schmerzfrei mit der sogenannten Laser-Akupunktur zu behandeln. Dies ist eine sehr sanfte Methode und wirkt am besten bei Kindern, da ihre Körper gut regulieren können und bereits auf geringe Reize sehr gut reagieren.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit
Dr. Bettina Vautrin

ACE&S



Die Arztpraxis für
Akupunktur, Chirotherapie,
Ernährungs- & Sportmedizin

1 Brinkhaus B et al.: Acupuncture in patients with seasonal allergic rhinitis: A randomized trial. Ann Intern Med 2013;158(4):225-34.

2 Chio SM et al.: Acupuncture in patients with seasonal allergic rhinitis: A randomized trial. Allergy 2013;68(3):365-75.

3 Hauswald B et al.: The effectiveness of acupuncture compared to Loratadine in patients allergic to house dust mites. Journal of Allergy 2014; 2014:654632.

4 Seidman et al.: Clinical practice guideline: allergic rhinitis executive summary. Otolaryngol head neck surg 2015; 152(2):197-206.