



Aktuell

Auszeichnung

Dr. Hecker ist von der Redaktion 'Focus-Gesundheit' auf Basis einer unabhängigen Erhebung das zweite Jahr in Folge nach 2017 als Arzt empfohlen. In die Recherche gingen unter anderem ein: Empfehlung von anderen Medizinern, Ausbildung, Berufserfahrung, Engagement in Fachgesellschaften, Vortragstätigkeit, Praxisausstattung, Patientenzufriedenheit und Patientenservice.

Laborleistungen

Zum 1. m April 2018 ändern sich einige Abrechnungsbedingungen für Laborleistungen. Wir sind strikter angehalten auf die medizinische Notwendigkeit der erbrachten Laborleistungen zu achten. Bitte haben sie Verständnis dafür, dass wir aufgrund dieser geänderten Rahmenbedingungen nur noch medizinisch notwendige und medizinisch ausreichende Laborleistungen erbringen dürfen. Wenn sie Fragen dazu haben sprechen sie uns gerne an.

Akupunktur Aktuell

Akupunktur bei Depressionen

Jeder fünfte Deutsche erkrankt im Laufe seines Lebens an einer Depression, so die Deutsche Depressionshilfe. Dies ist nicht nur für die Betroffenen katastrophal, sondern führt auch zu einem Anstieg an Krankheitstagen und Frühverrentungen. Die Behandlung erfolgt in der Regel über Antidepressiva und Psychotherapie. Doch die Wirkung der Medikamente kann von Fall zu Fall schwanken und auch die Nebenwirkungen sind nicht unerheblich. Auch deshalb lohnt es sich, die Wirkung von Akupunktur bei Depressionen näher anzusehen. Dies haben verschiedene Wissenschaftler getan und Übersichtsarbeiten zu diesem Thema geliefert.

- Eine Übersichtsarbeit von 2017 wertet 127 Studien aus und vergleicht die Wirksamkeit von Akupunktur bei Depressionen mit der Wirkung von Antidepressiva, Johanniskraut, Sport und Omega-3-Fettsäuren. Dabei war Akupunktur lediglich der Therapie mit Omega-3-Fettsäuren überlegen, bei den anderen Therapien war der Effekt in etwa gleich.
- Eine weitere Übersichtsstudie kommt zu dem Ergebnis, dass Akupunktur in Kombination mit Antidepressiva [SSRIs] deutlich wirksamer ist als die alleinige Behandlung mit Antidepressiva. Das Gleiche gilt auch für die Kombination Elektroakupunktur und SSRI.
- Schwangere sind das Thema einer Übersichtsarbeit, die zu folgendem Ergebnis kommt: Akupunktur kann bei Depressionen während der Schwangerschaft empfohlen werden.
- Zudem wurden in den letzten Jahren noch verschiedene Originalstudien über die Wirksamkeit von Akupunktur bei Depressionen durchgeführt. Dabei wurde die Akupunktur unter anderem mit Sham-Akupunktur, Antidepressiva [SSRI], Elektroakupunktur und Psychotherapie verglichen. Überall zeigte die Akupunktur eine Wirkung.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es gute Hinweise gibt, dass sich Depressionen mit Akupunktur wirksam behandeln lassen. Die Wirkung der Akupunktur scheint der Wirkung von SSRIs zu entsprechen. Vor allem die Kombination von Akupunktur und SSRI scheint dabei wirksamer zu sein als die Medikamente alleine.

Homöopathische Behandlung bei Heuschnupfen

Die Heuschnupfenmittel im Überblick

In den letzten Wochen und Monaten haben Sie die homöopathischen Mittel gegen Heuschnupfen kennengelernt. Die wichtigsten Fakten zu den einzelnen Mitteln fassen wir hier nun noch einmal für Sie zusammen.

Allium cepa: Hauptsächlich betroffen sind Augen und Nase. Die Tränen sind mild und wässrig, dazu tritt ein scharfer Fließschnupfen auf. Frische Luft bessert, Wärme verschlechtert.

Euphrasia: Wie bei Allium cepa sind auch bei Euphrasia hauptsächlich Augen und Nase betroffen. Allerdings sind hier die Tränen scharf und der Schnupfen mild – also genau umgekehrt wie bei Allium cepa. Gemeinsam ist beiden Mitteln, dass frische Luft und Zimmerwärme verbessern, allgemeine Wärme dagegen verschlechtert.

Galphimia glauca: Bei diesem Mittel liegt kein genaues Arzneimittelbild vor. Wie bei Euphrasia, Jodum und Allium Cepa verschlechtern auch hier Schwitzen und Wärme.

Jodum: Bei Jodum ist auch die Lunge betroffen, im Brustkorb stellt sich ein Kitzelgefühl ein. Kälte lindert, Wärme verschlechtert dagegen. Ein eindeutiger Hinweis auf Jodum ist, dass neben Augen und Nasen auch die Lunge betroffen ist.

Luffa operculata: Bei Luffa operculata dehnen sich die Beschwerden von Augen und Nase auf den Mund aus; Patienten verspüren ein Brennen an der Zungenspitze. Dadurch lässt sich Luffa operculata eindeutig von anderen Heuschnupfenmitteln unterscheiden, Draußen werden die Beschwerden besser, trockene Zimmerluft dagegen verschlimmert den Zustand.

Sabadilla: Sabadilla-Patienten werden von Niesanfällen geplagt. Zudem juckt der Gaumen und der Rachen wird wund. Bei Hitze und feuchter Luft geht es den Patienten besser, Kälte [auch kalte Getränke] verschlechtern ihren Zustand dagegen. Dadurch unterscheidet sich Sabadilla von anderen Heuschnupfenmitteln wie Allium cepa, Euphrasia, Galphimia glauca oder Jodum, bei denen Wärme verschlechtert. Auch dass sich die Beschwerden auf den Rachen ausdehnen, kann auf Sabadilla hindeuten.

Wyethia: Hier ist neben Nase und Rachen auch die Speiseröhre betroffen. Patienten verspüren dort ein Hitzegefühl, auch fühlt es sich so an, als ob das Zäpfchen verlängert sei. Nach dem Speichelschlucken fühlen sie sich kurzzeitig besser, nach dem Essen dagegen schlechter. Von Sabadilla lässt sich Wyethia dadurch abgrenzen, dass bei Wyethia die Augen nicht betroffen sind.

Wir hoffen, dass Ihnen das Lesen des Newsletters wieder viel Spaß gemacht hat.

Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Hans-Ulrich Hecker
Facharzt für Allgemeinmedizin

Dr. med. Karen Spiegel
Praktische Ärztin

Iris Hanopulos-Neumann
Fachärztin für Innere Medizin

Udo Rosenkranz
Facharzt für Allgemeinmedizin

Dr. med. Susanne Johnsen
Fachärztin für Neurologie | Psychiatrie

Lehrauftrag für Akupunktur
und Naturheilverfahren
Christian-Albrechts-Universität
zu Kiel

Akademische Lehrpraxis
für Allgemeinmedizin
Christian-Albrechts-Universität
zu Kiel

Zertifiziert nach EPA
European Practice Assessment
Stiftung Praxissiegel e. V.
der Bertelsmann-Stiftung

Segeberger Landstr. 81
24145 Kiel
Tel: 04 31.71 11 66
Fax: 04 31.71 47 18
praxis@go3docs.de