



Aktuelles

Veränderungen

Frau Dr. med. Sabrina Sosat hat ihren letzten Weiterbildungsabschnitt zur Fachärztin für Allgemeinmedizin in unserer Praxis abgeschlossen und verlässt uns leider zum 01.07.2020. Wir wünschen ihr für ihren weiteren Berufsweg alles Gute. Eine Nachfolgerin ist schon gefunden: Frau Dr. med. Rosa Buchholz wird ab dem 01.07.2020 ihre Weiterbildungszeit zur Fachärztin für Allgemeinmedizin in unserer Praxis absolvieren. Frau Dr. Buchholz verfügt über eine langjährige klinische Ausbildung in unterschiedlichen Fachabteilungen. Wir alle freuen uns sehr auf die neue Zusammenarbeit.

Und noch eine Veränderung gibt es: Frau Jana Gundlach hat ihre Ausbildung zur medizinischen Fachangestellten in unserer Praxis mit gutem Erfolg beendet. Im September wird sie ein Studium an der Fachhochschule Kiel im Fachbereich Erziehung und Bildung im Kindesalter beginnen.

Neues Buch zur Chinesischen Arzneimitteltherapie

Zu guter Letzt gibt es auch noch eine neue Buchveröffentlichung: Das Praxishandbuch 'Chinesische Arzneimitteltherapie' von Dr. Hecker ist im Verlag Siedentopp & Hecker / Kassel erschienen und im Buchhandel erhältlich.

Akupunktur Aktuell

Akupunktur bei Fibromyalgie

Fibromyalgie [umgangssprachlich auch Weichteilrheuma genannt] ist ein Schmerzsyndrom mit tiefen Muskelschmerzen in verschiedenen Körperregionen. Dazu kommen Begleitsymptome wie Schlafstörungen, Erschöpfung oder Konzentrationsprobleme. Die Ursachen der Erkrankung sind noch nicht bekannt, Experten vermuten jedoch, dass bei diesen Patienten eine Störung der Schmerzwahrnehmung und -verarbeitung vorliegt. Eine medikamentöse Behandlung funktioniert hier leider nicht, da gängige Schmerzmittel keine Wirkung zeigen. Daher stehen Sport- und Bewegungsangebote im Zentrum der Therapie. Einige Studien zeigen jedoch, dass bei Fibromyalgie auch Akupunktur eine Wirkung zeigen kann.

In der Türkei wurde eine Studie an Fibromyalgie-Patientinnen durchgeführt, um die Wirkung von Akupunktur auf ihre Beschwerden zu erforschen. Dazu wurden 75 Frauen vier Wochen lang entweder mit Verum-Akupunktur, Sham-Akupunktur oder simulierter Akupunktur behandelt. Die besten Ergebnisse wurden in der Verum-Gruppe erzielt. Dort kam es in allen Bereichen zu deutlichen Verbesserungen, die auch drei Monate nach Behandlungsende noch anhielten. Auch in der Sham-Gruppe besserten sich die Serumserotoninwerte signifikant.

Bei einer Studie teilten Wissenschaftler 164 Fibromyalgie-Patienten in zwei Gruppen ein. Eine Gruppe erhielt zusätzlich zu ihren Medikamenten eine individuell abgestimmte Akupunktur [IA], die andere Gruppe Medikamente und Sham-Akupunktur [SA]. Am Ende der Behandlung hatte die Schmerzintensität bei der IA-Gruppe erheblich stärker [41,2%] nachgelassen als in der SA-Gruppe [27,1 %]. Auch die anderen Fibromyalgiewerte besserten sich in dieser Gruppe im Laufe eines Jahres weitaus stärker.

Koreanische Wissenschaftler führten eine Metaanalyse durch, in der sie verschiedene Studien zu Akupunktur bei Fibromyalgie verglichen und auswerteten. Alle diese Studien verwendeten eine Sham-Akupunktur als Kontrollbehandlung. Insgesamt bezogen die Forscher zehn Studien, vor allem aus den USA und Europa, mit 690 Patienten in ihre Analyse ein. Die Behandlungsfrequenz in den einzelnen Studien war sehr unterschiedlich: Die Patienten wurden teils einmalig behandelt, teils auch ein- bis dreimal pro Woche, über 12 Wochen. Die meisten Studien verwendeten manuelle Akupunktur, zwei jedoch Elektroakupunktur. Die Patienten, die keine Sham-Akupunktur erhielten, bekamen als Kontrolle eine simulierte Akupunktur an Akupunkturpunkten oder eine Punktion an Nichtakupunkturpunkten.

Das Ergebnis: In Bezug auf den Schmerz, die Schlafqualität und die Wiederherstellung des allgemeinen Gesundheitszustands erwies sich die Verum-Akupunktur als überlegen. Bei der Erschöpfung zeigte sich keine erkennbare Verbesserung. Eine starke Evidenz gab es jedoch für den allgemeinen Gesundheitszustand und die Verbesserung der Schlafqualität. Welche Art der Sham-Akupunktur angewendet wurde, schien dagegen keine Rolle gespielt zu haben.

Rückenschmerzen: Die homöopathischen Mittel - Fortsetzung

Rhus toxicodendron [Giftsumach]

Rhus toxicodendron ist ein häufiges homöopathisches Mittel und wird vor allem bei akuten Schmerzen des Bewegungsapparates eingesetzt. Es wird aus den frischen, beblätterten Trieben des Behaarten Giftsumachs gewonnen – einer Pflanze, die vor allem in Südafrika, in Ostasien und Nordamerika beheimatet ist.

Anwendungsgebiete von Rhus toxicodendron sind Schmerzzustände und Entzündungen des Bewegungsapparats, des Magen-Darm-Trakts, der Augen und der Haut. Typische Leitsymptome sind Ruhelosigkeit und ein starker Bewegungsdrang, rheumatische Beschwerden an Muskeln, Sehnen und Gelenken oder Ischiasschmerz. Auch bei Sportverletzungen wie Dehnungen, Prellungen oder Zerrungen kommt Rhus toxicodendron zum Einsatz. Rückenschmerzen sind bei diesen Patienten meist ziehend oder reißend und gehen mit Steifheit und Taubheit nach Anstrengung einher. Ursachen können Überanstrengung und Durchnässung sein. Bei Bewegungsbeginn verstärken sich die Schmerzen häufig, eine Begleiterscheinung kann Muskelzittern sein.

Rhus-toxicodendron-Patienten fühlen sich besser bei Wärme und fortgesetzter Bewegung. Auch eine harte Unterlage kann helfen. Feuchtkaltes Wetter, Sitzen und Ruhe verschlechtern dagegen. Auch nachts, vor allem vor Mitternacht, fühlen sich diese Patienten nicht gut.

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

Besuchen Sie doch bitte mal unsere Webseite unter www.go3docs.de

Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Hans-Ulrich Hecker
Facharzt für Allgemeinmedizin

Dr. med. Karen Spiegel
Praktische Ärztin

Iris Hanopulos-Neumann
Fachärztin für Innere Medizin

Dr. med. Susanne Johnsen
Fachärztin für Neurologie und 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