

NÖN

Niederösterreichische
Nachrichten

IM SÜDEN ITALIENS

Vom hektischen Verkehr in Neapel über den noch einzigen, aktiven Vulkan am europäischen Festland bis zur Amalfitküste: Kampanien. SEITEN 26/27

WEINGALA '09

Barbara I. wurde zur neuen Weinkönigin gekrönt, 15 Weine und ein Sekt standen am Podest als NÖ-Landessieger. SEITE 31

"CO₂-CHAMPION ...

... der Luxusklasse": Ende Juni geht der Mercedes-Benz S 400 Hybrid an den Start. Das erste Hybridauto mit Lithium-Ionen-Batterie. SEITEN 38/39

LEBEN

THERAPIE / Chronische Schmerzen gehören für knapp ein Viertel der Österreicher zum Alltag. Im Kampf gegen den Schmerz kann neben der Schulmedizin auch Akupunktur helfen.

Schmerzen wegnadeln

VON CHRISTINE HAIDERER

Ein Punkt am Nieren-Meridian oder einer am Leber-Meridian – bei Akupunktur kommt es darauf an, wo man sticht.

Insgesamt ist der Körper von 12 Meridianen überzogen. Das sind Funktionsleitbahnen, die inneren Organen (Lunge, Herz ...) zugeordnet sind und durch die die Lebenskraft Qi fließt. Diese Energie soll im Gleichgewicht bleiben und frei fließen können. Denn: „Kein freier Fluss bewirkt unter anderem Schmerzen“, erklärt Schmerztherapeutin Waltraud Stromer.

Von Kopfschmerzen bis
Wirbelsäulenproblemen

Die Balance wiederherzustellen ist das Ziel des Nadelns. Es stimuliert Nervenendigungen, reguliert Schmerzbahnen und beeinflusst Botenstoffe im Körper. Daher wirkt Akupunktur gut bei Gelenkschmerzen, Muskelschmerzen und Nervenschmerzen. Darüber hinaus kann es sein, dass durch Akupunktur die Dosis von Schmerzmitteln verringert werden kann.

Egal ob bei akutem oder chronischem Schmerz – Voraussetzung dafür, dass Akupunktur funktioniert, ist die richtige Diagnose. Zunächst müssen immer mögliche Ursachen schulmedizinisch abgeklärt werden, rät die Schmerztherapeutin aus Horn. Daher sollte man sich nur vor speziell ausgebildeten Medizern akupunktieren lassen. Zudem ist die Konstitution des



Die Nadeln bewirken eine Reizung der Haut, die sich auf den Körper und die inneren Organe auswirkt. Es gibt verschiedene Formen, von der Körper-Akupunktur über die Ohr-Akupunktur bis hin zur Schädel-Akupunktur.

Patienten für die Diagnose wichtig. Ob er laut spricht oder leise, ob er kräftig ist oder schwächlich, ob er wütend ist oder trauernd... Wenn jemand zum Beispiel ängstlich ist, kann man auf eine Störung im Bereiche des Nierenmeridians schließen.

Generell vorsichtig sein sollten Patienten, die sehr geschwächt sind, und Schwangere. Denn: „Es gibt Akupunkturpunkte, die zu Wehen führen können.“

HORN: SCHMERZ-INFO-TAG AM 6. JUNI

Event: Am 6. Juni dreht sich im Vereinshaus in Horn alles um „Schmerz-Frei-Er-Leben“. Von 9.30 bis 17.30 Uhr locken viele Infos und Vorträge für Betroffene, Pflegepersonen ... Eintritt frei
Vorträge: Initiative „Schmerzfreier Leben“ (9.55 Uhr), Habe ich ein Recht auf Schmerzfreiheit? (10.05 Uhr), Entstehung von Schmerzen (10.30 Uhr), Schmerzen im Bereich

der Wirbelsäule und der großen Gelenke (11.35 Uhr), Osteoporose (12.10 Uhr), Wie beeinflussen Angst, Depression und Schlafstörungen meine Schmerzen (12.45 Uhr), Muskel- und Gelenkschmerzen (14.20 Uhr), Kopfschmerz (14.55 Uhr), Physikalische Medizin (15.20 Uhr), Ich habe Krebs (16.15 Uhr) und Akupunktur (16.55 Uhr).
Info: waltraudstromer@gmail.com