

### Kostenübernahme:

#### Private Krankenkassen:

Die Behandlung von Knie- und Rückenschmerzen mit Akupunktur und anderen Methoden der Traditionellen Chinesischen Medizin wird von privaten Krankenkassen erstattet.

Die Abrechnung erfolgt nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).

Für gesetzlich Versicherte besteht die Möglichkeit einer Behandlung in Form einer Selbstzahlerleistung.

#### Behandlungskosten für Selbstzahler:

Naturheilkundliches Erstgespräch: ca. 20 €.

TCM-Diagnosegespräch (falls erforderlich):

Dauer ca. 60 Min.; Kosten 100 € einmal pro Behandlungszyklus (analog GOÄ Ziffer 30).

Behandlung: Akupunktur (evtl. kombiniert mit Phytotherapie, Moxa, Akutaping, Schröpfen): Kosten nach Aufwand  
25 - 45 € pro Sitzung

#### Terminvereinbarung:

**Montag - Freitag**

09.00 bis 12.00 Uhr

**Montag - Mittwoch**

15.00 bis 18.00 Uhr

**Freitag**

14.00 bis 16.00 Uhr

*Haben Sie weitere Fragen?*

*- sprechen Sie uns an!*



### **Zentrum für Traditionelle Chinesische Medizin und Naturheilverfahren Sigmaringen**

In den Burgwiesen 3

72488 Sigmaringen

Tel: 07571 / 1660 Fax: 1661

[www.tcm-sigmaringen.de](http://www.tcm-sigmaringen.de)

#### **Dr. med. Michael Rupprecht**

Facharzt für Allgemeinmedizin

Naturheilverfahren / Akupunktur

Lehrbeauftragter für Naturheilkunde

der Universität Freiburg

*Traditionelle Chinesische Medizin*

#### **Dr. med. Karin Rupprecht**

Fachärztin für Neurologie, Psychiatrie

und Psychotherapie

Rehabilitationswesen / Naturheilverfahren

*Moderne Mayr-Medizin*

*Applied Kinesiology*

#### Lehrtätigkeiten:

-Studenten- u. Ärzteausbildung Akupunktur und TCM

in Kooperation mit dem Uni-Zentrum Naturheilkunde

des Universitätsklinikums Freiburg

- Dozententätigkeit an der

Fachhochschule Albstadt-Sigmaringen

#### Internationale Kooperationen:

regelmäßiger Austausch mit Kliniken

in der Volksrepublik China



## **Akupunktur und Chinesische Medizin bei**

## **Knieschmerzen und Rückenschmerzen**



**Zentrum für Traditionelle Chinesische  
Medizin und Naturheilverfahren  
Sigmaringen**

## Chronische Knie- und Rückenschmerzen

Knie- und Rückenschmerzen sind weit verbreitet. Meist sind die Beschwerden durch einen „Hexenschuss“ oder ein „wehes Knie“ von kurzer Dauer. Viele Menschen leiden aber unter chronischen Schmerzen und sind in ihrer Lebensqualität über viele Jahre sehr eingeschränkt bis hin zur Arbeitsunfähigkeit. Die konventionellen schulmedizinischen Behandlungsmethoden mit Medikamenten und Physiotherapie führen oft zu keiner tiefgreifenden und anhaltenden Besserung. Aus Sorge über mögliche gesundheitsschädigende Medikamentennebenwirkungen bei längerfristiger Einnahme lehnt eine wachsende Anzahl Betroffener diese Form der Therapie ab.

## Akupunktur - die bessere Alternative

Eine hervorragende Alternative oder Ergänzung ohne große Risiken bietet die Behandlung mit Akupunktur, insbesondere wenn sie in Kombination mit weiteren westlichen oder chinesischen Therapieverfahren und im Rahmen eines umfassenden Behandlungsplanes angewandt wird. Die Akupunktur hat sich seit über 2000 Jahren in der praktischen Anwendung bei einer Vielzahl von Erkrankungen hervorragend bewährt. Ihre überlegene Wirksamkeit insbesondere bei Erkrankungen des Bewegungsapparates wurde in einer Reihe westlicher Studien nachgewiesen.

## GERAC-Studie zu Knie- und Rückenschmerz

Die Wirksamkeit einer alleinigen Akupunkturbehandlung im Vergleich zur herkömmlichen Therapie mit Medikamenten und Physiotherapie wurde ab 2001 in Anwendungsstudien untersucht, die im Auftrag mehrerer großer Krankenkassen durchgeführt wurden. Drei Monate nach Behandlungsabschluss gaben bei **Knieschmerzen** 51% der mit Akupunktur Behandelten eine anhaltende Besserung der Schmerzen an, im Vergleich zu 28% der mit Standardtherapie Behandelten.

Von den mit Akupunktur therapierten Patienten mit **chronischen Rückenschmerzen** gaben 6 Monate nach Ende der Behandlung sogar 61% der Erkrankten eine anhaltende Linderung oder gar Schmerzfreiheit an. Nur bei 34% der mit Standardtherapie Behandelten konnte das gleiche Ergebnis erzielt werden.

## Wie wirkt Akupunktur?

Bei der Akupunktur werden Akupunkturpunkte mit sehr feinen Nadeln sanft stimuliert, um den Fluss der Lebensenergie „Qi“ im Körper anzuregen und wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Alle Akupunkturpunkte wirken lokal. Viele Punkte wirken auch als Fernpunkte über den Verlauf der Meridiane auf entfernter liegende Körperregionen und Organe oder haben übergeordnete Wirkungen wie Schmerzlinderung, Entspannung oder Tonisierung. Die **moderne naturwissenschaftliche Forschung** konnte wesentliche Wirkmechanismen der Akupunktur aufdecken. Die Nadelstimulation von Akupunkturpunkten kann lokal die Durchblutung fördern, verspannte Muskulatur lockern sowie die Freisetzung von entzündungshemmenden und schmerzlindernden Stoffen auslösen. Die Fortleitung von Schmerzreizen zum Gehirn wird aktiv gehemmt. Im Gehirn selbst kommt es zur Freisetzung von Botenstoffen mit vielfältigen Wirkungen. Über die Reizung oberflächlich gelegener Nervenendigungen kann die Funktion von Organen beeinflusst werden.

## Wie verläuft eine Akupunkturbehandlung?

Entsprechend dem individuellen Krankheitsbild werden Punkte mit verschiedenen Wirkungen zu einem Behandlungsschema kombiniert. Die Therapie umfasst 10 bis 15 Akupunkturbehandlungen über einen Zeitraum von mehreren Wochen. Bei komplexeren und tiefer gehenden Störungen ist eine Diagnostik nach den Regeln der Traditionellen Chinesischen Medizin und der Einsatz weiterer Therapieverfahren sinnvoll.

## Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Die TCM ist ein seit über 2000 Jahren bewährtes ganzheitliches Medizinsystem. Sie basiert auf einem eigenständigen Verständnis von Krankheit und Therapie, das sich von westlich - schulmedizinischen Vorstellungen in wesentlichen Gesichtspunkten grundsätzlich unterscheidet. Krankheiten werden in stärkerem Maße als Störungen des gesamten Organismus verstanden. Jeder Behandlung an unserem Zentrum geht eine ärztliche Beurteilung im Sinne der westlichen Schulmedizin voraus. Voraussetzung einer erfolgreichen Behandlung ist dann die Stellung einer Diagnose nach den Prinzipien der TCM und die Erstellung eines Therapieplanes. Die Behandlungsmethoden der TCM sind arm an Nebenwirkungen und in der Regel mit westlicher Medizin problemlos zu kombinieren. Ein Therapieplan der TCM verwendet meist verschiedene Therapieverfahren:

### Moxibustion:

Tonisierung durch das Erwärmen von Akupunkturpunkten mit glimmenden Kräutern.

### Chinesische Kräuterheilkunde:

die differenzierte Arzneimitteltherapie der TCM

### Chinesische Diätetik:

die alltäglichen Nahrungsmittel und Zubereitung werden auf Erkrankung und Konstitution abgestimmt

### Tui Na und Qi Gong:

- Regulation des Qi-Flusses durch manuelle Therapie.  
- Harmonisierung des Qi durch Techniken der Atmung, Bewegung und Konzentration.

### Aku-Taping:

unterstützende Behandlung durch elastische Tape-Verbände, die einige Tage lang belassen werden.

Bei vielen v.a. funktionellen Erkrankungen ist die chinesische der westlichen Medizin überlegen und ermöglicht Hilfe auch dort, wo letztere erfolglos bleibt.

### Applied Kinesiology

### und Moderne Mayr-Medizin

werden ebenfalls in unserem Zentrum angeboten.