

Kopfschmerzen und Migräne

Kopfschmerzen gehören neben Rückenschmerzen zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden.

Viele Menschen kennen gelegentlich das Gefühl eines schweren, dumpfen oder auch stechenden Schmerzes im Kopf. Je nach Beschwerdebild kann sich dieser Zustand dramatisch verschlimmern und das Wohlbefinden im Alltag enorm beeinträchtigen.

Bei Migräne verschärft sich das Beschwerdebild oft durch zusätzliche Symptome wie Übelkeit, Erbrechen, Lichtempfindlichkeit oder Geräuschempfindlichkeit.

Bei manchen Patienten geht einem Migräneanfall eine so genannte „Aura“ voraus, während derer häufig optische oder sensible Wahrnehmungsstörungen auftreten. Auch motorische Störungen sind möglich.

Die Beschwerden können von leichtem Spannungskopfschmerz bis hin zu massiven Schmerzattacken oder schwerer Migräne reichen.

Man weiss, dass das Gehirn selbst nicht schmerzempfindlich ist und daher eher eine Reizung der Blutgefässe oder anderer Strukturen im Kopf für den Schmerz verantwortlich ist.

Verordnete Medikamente wirken dann entweder auf die Blutgefässe oder sie lindern die Schmerzempfindung grundsätzlich.

Selbstverständlich können Muskelverspannungen, mangelnde Bewegung, Überarbeitung, hastiges und unausgewogenes Essen oder Genussmittel wie Kaffee, Alkohol und Nikotin auslösende Faktoren für Kopfschmerzen sein. Eine Veränderung der Gewohnheiten kann bereits sehr viel zur Linderung der Beschwerden beitragen.



Die Sicht der Chinesischen Medizin

Grundsätzlich ist Schmerz im Sinne der chinesischen Medizin Ausdruck einer Stagnation. Das heisst der freie Fluss von Qi und Blut ist eingeschränkt oder unterbrochen. Dies kann unterschiedliche Ursachen haben.

In der Diagnostik unterscheidet man innere Muster (z.B. aufsteigendes Leber-Feuer) und äussere Muster (z.B. Wind-Kälte).

Je nach Lokalisation und Schmerzcharakter können verschiedene Funktionskreise betroffen sein. Z.B. wird ein einseitiger Schläfenkopfschmerz dem Funktionskreis der Gallenblase zugeschrieben, während ein Stirnkopfschmerz eher mit dem Funktionskreis des Magens gekoppelt ist. Kopfschmerz mit Ausstrahlung hinter die Augen lässt auf eine Beteiligung der Leber schliessen.

Plötzliche Schmerzen am Hinterkopf können durch das Eindringen von äusseren Faktoren ausgelöst werden.

Dumpfe Kopfschmerzen sind ein Hinweis auf einen Qi- oder Blut-Mangel, während stechende Kopfschmerzen auf eine Leber-Qi- oder Blutstagnation hinweisen.

Stress oder eine längere emotionale Anspannung schaden beispielsweise dem Funktionskreis der Leber. Sie verliert ihren freien und unbehinderten Fluss und der Qi-Mechanismus wird blockiert. Über längere Zeit führt eine solche Blockade zu Hitze oder Feuer. Dieses Feuer folgt der Leitbahn nach oben und stört die klaren Sinneöffnungen.

Weil unregelmässige Nahrungsaufnahme oder exzessives Grübeln der Milz schaden, verliert diese die Umwandlungs- und Transportfunktion. Feuchtigkeit sammelt sich an und es wird Schleim produziert. Wenn viele fettige und schwer verdaubare Substanzen eingenommen werden, wird der Körper träge und Schleim und Feuchtigkeit sammeln sich im Innern an. Dieser Schleim blockiert die Mitte und behindert das klare Yang beim Aufsteigen. Dies führt zu einem Mangel an klarem Yang im Kopf und somit zu Kopfschmerzen.

Die Behandlungsmöglichkeiten

Die Therapie richtet sich ganz nach der individuellen Diagnose und kann die Einnahme chinesischer Arzneimittel, Akupunktur, manuelle Behandlungen und andere äussere Anwendungen beinhalten. Die Anpassung des Lebensstils spielt in vielen Fällen eine wichtige Rolle und stellt somit auch einen Teil der Behandlung dar.

Eine Studie der TCM-Klinik Kötzing verglich die Anzahl der Tage mit moderaten Kopfschmerzen bei zwei Patientengruppen mit chronischen Kopfschmerzen. Eine Gruppe wurde vier Wochen mit Arzneimitteltherapie und Akupunktur behandelt. Die andere wurde nicht behandelt. 52% der Patienten der behandelten Gruppe verzeichneten einen mehr als 50-prozentigen Rückgang der Kopfschmerztage, während es in der nicht behandelten Gruppe nur 16 % waren.

Quelle: (Complementary Therapies in Med. 2004; 12: 71-78)

Akute und chronische Kopfschmerzen schränken das Wohlbefinden stark ein. Oft lassen sich die Beschwerden deutlich lindern.

Die Kosten einer Behandlung mit Chinesischer Medizin werden von den meisten Krankenkassen durch die Zusatzversicherung vergütet.

Bei weiteren Fragen und Anliegen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.



Akupunkturpraxis

Tom Kaufmann

Bernstr. 2, 8965 Berikon

Telefon: 079/ 238`82`48

Info@akupunktur-mutschellen.ch

www.akupunktur-mutschellen.ch

Die folgende Liste führt weitere Störungen auf, die sich erfahrungsgemäss besonders effektiv mit Chinesischer Medizin behandeln lassen.

Die Angaben stützen sich auf die Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation WHO. Die Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

- **Neurologische Krankheiten**

Schwindel, Kopfschmerzen, Migräne, Ischialgien, Tinnitus, Behandlungen nach Schlaganfall

- **Krankheiten des Bewegungsapparats**

Knie- und Rückenschmerzen, Arthritis, Arthrose, rheumatische Erkrankungen, Schulterbeschwerden, Tennisbogen, Fibromyalgie, Karpaltunnelsyndrom

- **Innere Krankheiten**

Bluthochdruck, Blutarmut, Diabetes, Übergewicht, erhöhte Blutfettwerte, erhöhte Cholesterinwerte, Gicht, Hämorrhoiden, Krampfadern, Durchblutungsstörungen, Bronchitis

- **Magen- Darmkrankheiten**

Magenprobleme, Verstopfung, Durchfall, Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn

- **Allergien/Hautkrankheiten**

Heuschnupfen, Asthma, Akne, Ekzeme, Allergien, Schuppenflechte

- **Gynäkologie/Urologie**

Menstruationsstörungen, Wechseljahrbeschwerden, Schwangerschaftsbeschwerden, Sexual- und Fruchtbarkeitsstörungen, Blasen- und Prostatabeschwerden

- **Infektionen**

Nasennebenhöhlenentzündung, Erkältung, Pfeiffersches Drüsenfieber

- **Psychische Beschwerden**

Suchtkrankheiten, depressive Zustände, Schlafstörungen, nervöse Erschöpfungszustände

- **Schmerztherapie**

Tumorschmerzen, Schmerzen nach Operationen, Beschwerden bei Chemotherapie, Zahnschmerzen

Die Diagnose der Chinesischen Medizin basiert auf einer ausführlichen Anamnese und auf der Untersuchung von Zunge und Puls.

Je nach Anliegen und Diagnose werden Akupunktur, Ernährungsberatung und eine individuelle Rezeptur aus chinesischen Kräutern angewendet.

Sämtliche Leistungen werden durch die Zusatzversicherung der meisten Krankenkassen vergütet.



Akupunkturpraxis

Tom Kaufmann

Dipl. Akupunkteur SBO-TCM

Dipl. Herbalist SBO-TCM

Bernstr. 2, 8965 Berikon

Telefon: 079/ 238`82`48

info@akupunktur-mutschellen.ch

www.akupunktur-mutschellen.ch

Kopfschmerzen & Migräne

Chinesische Medizin
Information
Behandlung



Akupunkturpraxis Tom Kaufmann
akupunktur-mutschellen.ch