

Kunst des Heilens

Die Methoden der chinesischen Medizin hat der Hamburger Fotograf Oliver Schwarzwald in Stillleben umgesetzt. Akupunktur ist die wohl bekannteste chinesische Therapie.

Nadelstichtaktik

Das Beispiel Akupunktur zeigt, wie sich alternative Medizin wissenschaftlich untersuchen lässt. Die Ergebnisse gefallen oft weder Fans noch Skeptikern.

Von Veronika Hackenbroch



WER DEN BEGRIFF „Akupunktur“ in eine Internetsuchmaschine eingibt, bekommt den Eindruck, dass man mit der fernöstlichen Nadeltherapie alles, aber auch wirklich alles heilen kann. Erkältungen, Hautkrankheiten, Impotenz, Schlaganfälle, Burnout und „Schmerzen aller Art“ könne sie damit kurieren, preist eine Heilpraktikerin aus Hamburg ihre Künste an. Eine Praxis in der Nähe von Augsburg geht piksend gegen Asthma, Schwindel, Angststörungen, Magengeschwüre, Wechseljahrsbeschwerden und Motivationsmangel bei Kindern an. Andere nadeln bei Augenproblemen, wollen Raucher vom Nikotin entwöhnen oder begleiten eine Kinderwunschbehandlung.

Die Akupunktur scheint ein Allheilmittel zu sein. Bei der aus China stammenden Therapie werden Nadeln in bestimmte Punkte auf dem Körper bis einige Zentimeter unter die Haut gestochen. Der Theorie zufolge bringt das die in Meridianen zirkulierende Lebensenergie, das „Qi“, wieder in Fluss und sorgt für eine Balance von Yin und Yang im Organismus.

Im Herkunftsland selbst war sie jahrhundertlang nur ein unbedeutender Teil der traditionellen Medizin. „Die Akupunktur spielte meistens eine marginale Rolle“, sagt der Medizinhistoriker und Sinologe Paul Unschuld. Der Direktor des Horst-Görtz-Stiftungsinstituts für Theorie, Geschichte und Ethik Chinesischer Lebenswissenschaften der Charité-Universitätsmedizin Berlin ist der wohl beste Kenner der chinesischen Medizin in Deutschland; er weist darauf hin, dass die Akupunktur 1822 am chinesischen Kaiserhof sogar verboten wurde (Seite 32). Doch als in den siebziger Jahren Berichte über die kuriose Behandlungstechnik im Westen ein breites Publikum erreichten, trat sie hierzulande einen beispiellosen Siegeszug an.

Eine Akupunktur ist heute fast so alltäglich wie eine Massage oder Spritze. Inzwischen zahlen sogar die gesetzlichen Krankenkassen bei einigen Indikationen.

Je mehr sich die Nadeltherapie im Westen verbreitete, desto besser wurde sie wissenschaftlich erforscht. Fast 20 000 Studien finden sich in der medizinischen Datenbank PubMed unter dem Stichwort „Acupuncture“, ab 2005 geht es mit der Anzahl der jährlichen Veröffentlichungen steil nach oben. Damit ist die Akupunktur eines der am besten untersuchten alternativen Heilverfahren.

Ihr Beispiel zeigt, dass sich auch Praktiken der Alternativmedizin mit modernen

wissenschaftlichen Methoden überprüfen lassen. Sowohl für Verfechter der orthodoxen Schulmedizin als auch für Fans der chinesischen Heilkunst sind die Ergebnisse überraschend.

Zwar gibt es im Körper keine Meridiane, das gilt heute als gewiss. Doch als Forscher begannen, der therapeutischen Wirkung nachzuspüren, entdeckten sie, dass der Organismus auf die Stiche tatsächlich reagiert: Er schüttet Endorphine aus, körpereigene Botenstoffe, die das Schmerzempfinden verändern können. Auch das vegetative Nervensystem wird beeinflusst, das für die Regulation von Anspannung und Entspannung zuständig ist. Der Haken allerdings ist, dass ähnliche Effekte auch bei einer Behandlung mit Placebos auftreten können.

Um zu überprüfen, ob eine Heilmethode tatsächlich mehr leistet als ein Scheinmedikament, nutzt die medizinische Forschung klinische Studien. Als Goldstandard der sogenannten evidenzbasierten Medizin gilt die placebokontrollierte, randomisierte Doppelblindstudie: Die zu testende Methode wird mit einem Medikament ohne Wirkstoffe oder einer Scheinbehandlung verglichen (Placebokontrolle). Die Patienten werden per Zufall (Englisch: random) in zwei Gruppen eingeteilt; weder Ärzte noch Patienten wissen, wer die echte Behandlung erhält (deshalb „doppelblind“). Sind am Ende die tatsächlich Behandelten gesünder als die Placebogruppe, wirkt die Methode.

Bei der Akupunktur standen die Forscher vor besonderen Herausforderungen. Denn sie mussten Wege finden, eine Therapie mit den Nadeln nur vorzutäuschen, am besten ohne dass Ärzte und Patienten merken, wer tatsächlich gestochen wird und wer nicht.

IN DEN ERSTEN großen Untersuchungen verglichen Wissenschaftler die Akupunktur an den klassischen Akupunkturpunkten mit einer Nadelbehandlung an anderen Körperstellen abseits dieser Punkte, der sogenannten Sham-Akupunktur.

Denn Akupunkteure lernen in ihrer Ausbildung. Jeder der über 300 Punkte soll eine ganz bestimmte Wirkung haben. Stundenlang üben angehende Nadeltherapeuten, den richtigen Punkt nur ja zu treffen. Sie lernen, dabei nicht in Zentimeterabständen zu denken, sondern in „Cun“, in Patienten-Daumenbreiten. Und sie versuchen sogar, den Akupunkturpunkt in der Tiefe des Unterhautfettgewebes zu erspüren.

Wenn man also absichtlich daneben sticht, so die Überlegung, dann kommt das

einer Placebobehandlung gleich. Die Auswertung der sogenannten Gerac-Studien („German Acupuncture Trials“), die bis vor acht Jahren im Auftrag mehrerer Krankenkassen durchgeführt wurden, lieferte ein unerwartetes Ergebnis: Zwischen der Wirksamkeit der echten und der Sham-Akupunktur ließ sich kein signifikanter Unterschied feststellen. Die kleine Differenz, die gemessen worden war, hätte auch durch Zufall zustande kommen können. Akupunktur hilft, ließ sich das Fazit zuspitzen – aber es ist egal, wohin man sticht.

„Also, ich war schon überrascht“, sagte Projektleiter Hans-Joachim Trampisch, Medizinstatistiker an der Ruhr-Universität Bochum, damals dem SPIEGEL. Und auch der Akupunkteur und Studienleiter Albrecht Molsberger räumte ein: „Ich hätte schon damit gerechnet, dass der Unterschied zwischen echter und Scheinakupunktur größer ist.“

Inzwischen deutet zwar einiges darauf hin, dass es wahrscheinlich doch einen kleinen, nicht bloß zufälligen Unterschied zwischen echter und Sham-Akupunktur gibt – doch dieser ist so gering, dass er erst bei großen Fallzahlen messbar wird. Zudem könnte dieser Unterschied auch dadurch zustande kommen, dass ja zumindest der Arzt weiß, ob er den richtigen oder den falschen Punkt nadeln. Exakt den richtigen Punkt zu treffen, scheint also alles in allem nicht besonders wichtig zu sein. „Auf jeden Fall weniger wichtig, als die Akupunkteure das gern hätten“, sagt Klaus Linde, der am Institut für Allgemeinmedizin der Technischen Universität München Naturheilverfahren erforscht.

Wenn also die speziellen Nadelpunkte auf dem Körper nicht entscheidend sind, ist dann einfach nur der Stich durch die Haut für Effekte verantwortlich? Diese Frage trieb Ende der neunziger Jahre den Akupunkturforscher Konrad Streitberger um, der heute im Inselspital Bern an der Universitätsklinik für Anästhesiologie und Schmerztherapie arbeitet. „Ich wollte einfach wissen, was hinter der Akupunktur steckt“, sagt er. Streitberger entwickelte eine Teleskop-Akupunkturnadel: Wenn der Akupunkteur sie einstecken will, schiebt sie sich teleskopartig ineinander, ohne die Haut zu durchdringen. Damit sie nicht gleich wieder abfällt, muss sie durch ein Pflaster hindurch gestochen werden, das auf der Haut klebt und die Nadel festhält.

Zunächst einmal war Streitberger verblüfft, welche erstaunlichen Effekte sich mit diesem Placeboinstrument erzielen ließen:

Während der ersten Studie kollabierte ein Patient, der mit der Placebonadel behandelt worden war. In einer späteren Untersuchung meinten selbst chinesische Studenten, das typische „De-Qi-Gefühl“ – den für die echte Akupunktur typischen dumpfen Schmerz unter der Haut – zu spüren, obwohl die Nadel gar nicht durch die Haut gedrungen war.

OB DER STICH durch die Haut entscheidend zur Wirkung der Akupunktur beiträgt, ließ sich aber auch mit diesem raffinierten Gerät nicht endgültig klären. Vor allem deswegen, weil auch bei der Streitberger-Nadel zwar der Patient nicht weiß, ob er die echte oder die falsche Therapie bekommt – der behandelnde Arzt hingegen sehr wohl. Ungewollt kann dieses Wissen das Ergebnis verfälschen.

2009 zogen deshalb Forscher des Nordic Cochrane Centre in Kopenhagen, die umfangreiche Akupunkturstudien mit insgesamt über 3000 Schmerzpatienten ausgewertet hatten, ein skeptisches Fazit: „Ob das Nadeln von Akupunkturpunkten oder irgendwelchen anderen Punkten Schmerz unabhängig von der psychologischen Wirkung des Behandlungsrituals beeinflussen kann, bleibt unklar.“

Dringend gesucht wurde eine „Doppelblind-Nadel“, bei der weder Patienten noch Ärzte wissen, ob gerade eine echte oder eine Scheinakupunktur verabreicht wird. Die Entwicklung eines solchen Instruments erschien lange Zeit technisch unmöglich. Doch inzwischen ist eine solche Nadel in Japan



Feuerschröpfen

Erwärmte Glaszylinder werden auf die Haut gesetzt – der entstehende Unterdruck soll laut chinesischer Lehre Muskelverspannungen lösen.

WAS IST COCHRANE?

DIE COCHRANE-COLLABORATION ist eine unabhängige, gemeinnützige Organisation. Ihr Ziel es ist, möglichst gute, also evidenzbasierte, Informationen zu medizinischen Fragen zu veröffentlichen. Dafür erstellen Wissenschaftler systematische Übersichtsarbeiten mit den aussagekräftigsten und relevanten Studien zu einer therapeutischen Fragestellung. So lässt sich zeigen, ob ein Verfahren wirkt oder nicht – oder ob es noch nicht genug Studien gibt. Benannt nach dem schottischen Arzt Archibald Cochrane (1909 bis 1988), wurde die Organisation 1993 gegründet. Inzwischen arbeiten mehr als 28000 Wissenschaftler ehrenamtlich mit. Die Cochrane Reviews gelten als zuverlässige Quelle für medizinische Informationen. Die Ergebnisse sind auch in für Laien verständlicher Form verfügbar, bisher allerdings nur auf Englisch.

<http://summaries.cochrane.org>

tatsächlich gebaut worden. Vergangenen Monat erschien im hochrangigen Fachjournal „Pain“ die erste klinische Studie damit.

Die echte und die Placebonadel stecken dabei jeweils in einem Röhrchen, das unten einen kleinen Fuß hat, der an der Haut haften bleibt. Der Akupunkteur setzt diesen Fuß am Akupunkturpunkt auf und drückt dann auf das obere Ende der Nadel, das aus dem Röhrchen heraussteht. Die echte Nadel drückt er dabei durch das Röhrchen in die Haut hinein, die Placebonadel hingegen in ein im Röhrchen verstecktes Schaumstoffkissen. Was davon er jeweils gerade macht, weiß der Arzt nicht, und auch der Patient bemerkt keinen Unterschied.

In der nun veröffentlichten Studie wurden Menschen behandelt, denen gerade ein Backenzahn gezogen worden war. Die gute Nachricht für Akupunkteure: Die Nadeltherapie konnte die Schmerzen signifikant



Kräutertherapie

Heilpflanzen werden in der chinesischen Medizin oft als Tee verabreicht, manchmal sind auch tierische Bestandteile wie Zikadenpanzer dabei.

verringern. Die schlechte Nachricht: Die Placebo-Nadeln vermochten dies so gut wie die echten Nadeln, statistisch war kein signifikanter Unterschied messbar. „Ein spezifischer Effekt der Akupunktur konnte nicht festgestellt werden“, schreiben die Autoren der Studie von der Universität Aarhus in Dänemark, „dafür aber ein ziemlich großer unspezifischer Placeboeffekt.“

Denn auch eine weitere Beobachtung der Wissenschaftler stützt die These, dass der Placeboeffekt eine entscheidende Rolle spielt: Patienten, die meinten, eine echte Akupunktur erhalten zu haben, hatten signifikant weniger Schmerzen als Patienten, die meinten, eine Placebo-Akupunktur erhalten zu haben – der Glaube beeinflusste das Ergebnis also deutlich stärker als die tatsächlich durchgeführte Therapie.

Zwar ist die Hypothese, dass der Stich in den Körper einen spezifischen biologi-

schen Effekt hat, mit dieser einen Studie nicht vom Tisch. Doch dieser ist lange nicht so entscheidend wie die psychologische Wirkung der Akupunktur, der Placeboeffekt. „Unspezifische Effekte machen wahrscheinlich einen riesigen Teil der Wirkung von Akupunktur aus“, sagt Konrad Streitberger. „Akupunktur ist für mich mindestens so etwas wie ein Super-Placebo. Der Nachweis, was dann als spezifische Nadelwirkung noch oben draufkommt, ist dadurch massiv erschwert.“

Doch auch als Super-Placebo hat die Akupunktur ihre Grenzen. Denn nicht alle Krankheitsbilder sprechen gut auf diesen psychologischen Effekt an.

Durch die inzwischen über 2600 hochwertigen Studien zur Akupunktur steht fest: Der Großteil dessen, was im Internet über die angeblichen Wirkungen der Nadeln behauptet wird, ist Quatsch. Aber bei

bestimmten Leiden kann Akupunktur tatsächlich helfen.

„Gut belegt ist die Wirksamkeit der Akupunktur vor allem bei einigen Schmerzindikationen“, sagt Dominik Irnich, Akupunkturforscher und Schmerztherapeut an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Zu diesem Ergebnis kamen auch Wissenschaftler, die im Auftrag der Cochrane-Collaboration sogenannte Reviews – zusammenfassende Beurteilungen der wichtigen Studien – erstellen.

129 COCHRANE REVIEWS, abgeschlossen oder in Arbeit, gibt es inzwischen zum Stichwort „Acupuncture“. Darin steht zum Beispiel, dass die Therapie bei akuten Rückenschmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule zwar nicht hilft, bei chronischen Schmerzen hingegen schon. Insbesondere zusätzlich zu einer schulmedizinischen Behandlung, heißt es, könne Akupunktur dabei gut eingesetzt werden.

Das bestätigt auch Dominik Irnich: „Sie werden zwar keinen Patienten, der seit 20 Jahren Rückenschmerzen hat, mit Akupunktur heilen können“, erklärt er. Chronische Schmerzpatienten sollten deshalb zunächst einmal mit der wissenschaftlich belegten, sogenannten multimodalen Schmerztherapie behandelt werden, die neben Medikamenten, vor allem auf eine Kombination aus Bewegung und Psychotherapie setzt. „Aber in diesem Rahmen“, sagt Irnich, „lässt sich mit der Akupunktur ein zusätzlicher Nutzen erzielen.“

Zur Linderung von Zahnschmerzen oder zur Prophylaxe von Spannungskopfschmerzen und Migräne kann die Nadeltherapie ebenfalls erfolgreich eingesetzt werden, ergaben weitere Cochrane Reviews. Und auch gegen Übelkeit und Erbrechen nach einer Operation taugt die Methode: Dafür reicht sogar gezielter Druck mit dem Finger, nämlich die Akupressur des Punktes „Pericardium 6“ an der Innenseite des Unterarms.

Bei vielen anderen Krankheiten und Beschwerden ist die Akupunktur nach Ansicht der Cochrane Wissenschaftler noch nicht gut genug untersucht worden, um ihre Wirksamkeit beurteilen zu können. Andere Studienauswertungen ergaben hingegen ganz klar, dass Akupunktur bei einigen Problemen nach heutigem Stand der Wissenschaft nichts nutzt. Das betrifft auch besonders populäre Anwendungsgebiete: So hilft sie nicht dabei, vom Rauchen loszukommen und führt nicht zu mehr Geburten nach künstlicher Befruchtung. ■