

Akupunktur bei rheumatoider Arthritis

Datum: 15.06.2021

Original Titel:

Effectiveness of Acupuncture on Pain, Physical Function and Health-Related Quality of Life in Patients with Rheumatoid Arthritis: A Systematic Review of Quantitative Evidence

DGP – Die Studien bewerteten den Effekt der [Akupunktur](#) auf Schmerzen, Funktion der Gelenke, Lebensqualität, Steifigkeit, Anzahl der betroffenen Gelenke und [Entzündungsmarker](#) im Blut. 10 der 13 Studien zeigten einen positiven Effekt der [Akupunktur](#) auf die [rheumatoide Arthritis](#).

Akupunktur ist eine alternative Therapieform, die bei der Behandlung der rheumatoiden Arthritis eingesetzt werden kann. Wissenschaftler aus Portugal, Deutschland und China werteten jetzt die Ergebnisse mehrere Studien zu Akupunktur bei rheumatoider Arthritis aus.

Akupunktur soll Störungen des Energieflusses beheben

Die Akupunktur ist eine Therapiemethode der Traditionellen Chinesischen Medizin und über 2000 Jahre alt. Bei der Akupunktur werden feine Nadeln in bestimmte Akupunkturpunkte gestochen und verbleiben dort etwa 20 Minuten. Die Punkte liegen entlang der Meridiane entlang derer – laut Chinesischer Medizin – die Lebensenergie Qi fließt. Für einen gesunden Körper muss die Lebensenergie ungehindert fließen können. Die Akupunktur soll Störungen des Energieflusses beheben.

Ist Akupunktur auch bei rheumatoider Arthritis effektiv?

Akupunktur kann von Ärzten oder Heilpraktikern angewendet werden. Je nach Erkrankung müssen unterschiedlich viele Therapiesitzungen durchgeführt werden. Krankenkassen ersetzen die Therapiekosten bei chronischen Rückenschmerzen in der [Lendenwirbelsäule](#) oder des Kniegelenks. Aber auch durch Bonusprogramme, bei denen durch regelmäßige Vorsorge Punkte gesammelt werden, können Akupunktur-Behandlungen durch die Krankenkasse unterstützt werden. Umso interessanter ist die Frage, wie effektiv die Akupunktur bei rheumatoider Arthritis wirklich sein kann.

10 von 13 Studien zeigten einen positiven Effekt der Akupunktur

Die Wissenschaftler durchsuchten westliche und chinesische Datenbanken nach randomisiert-kontrollierten Studie bis Ende 2016. Diese Studien waren qualitativ gut, da die Verteilung der Patienten auf die Gruppen zufällig (randomisiert) passierte und es eine [Kontrollgruppe](#) gab. Sie schlossen 13 Studien mit 974 Patienten in die Auswertung ein.

Die Studien bewerteten den Effekt der Akupunktur auf Schmerzen, Funktion der Gelenke, Lebensqualität, Steifigkeit, Anzahl der betroffenen Gelenke und [Entzündungsmarker](#) im Blut. 10 der

13 Studien zeigten einen positiven Effekt der Akupunktur auf die [rheumatoide Arthritis](#). Die Wissenschaftler sagen aber auch, dass die Auswertung keine starken Beweise für die Wirksamkeit bietet.

Referenzen:

Seca S, Miranda D, Cardoso D, et al. Effectiveness of Acupuncture on Pain, Physical Function and Health-Related Quality of Life in Patients with Rheumatoid Arthritis: A Systematic Review of Quantitative Evidence. *Chin J Integr Med*. December 2018. doi:10.1007/s11655-018-2914-x.



MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“