

Akupunktur kann Schmerzen bei Endometriose reduzieren

Datum: 29.01.2018

Original Titel:

Effects of acupuncture for the treatment of endometriosis-related pain: A systematic review and meta-analysis

Die traditionelle chinesische Medizin (TCM) umfasst chinesische Arzneimitteltherapie, [Akupunktur](#), Massagen, Bewegungsübungen und Ernährungslehre. Obwohl die Wirksamkeit der alternativen Heilverfahren immer wieder hinterfragt und angezweifelt wird, hat sich vor allem die [Akupunktur](#) auch in Deutschland etabliert. Eine Studie aus China hat jetzt die Wirksamkeit von Akupunktur bei Schmerzen durch Endometriose untersucht.

Die Akupunktur liegt der Vorstellung der Traditionellen Chinesischen Medizin zu Grunde, bei der der Mensch entlang von Leitbahnen durch die Lebensenergie Qi durchflossen wird. Wird dieser Qi-Fluss gestört, können Schmerzen und Krankheiten auftreten. Bei der Akupunktur werden Akupunkturpunkte entlang der Leitbahnen durch kleine Nadelstiche gereizt, die den Energiefluss wieder ins Gleichgewicht bringen sollen.

Die Wissenschaftler werteten jetzt 10 Studien mit insgesamt 589 Patienten aus, die sich mit der Wirkung von Akupunktur auf Endometriose beschäftigten. Bei der Endometriose siedelt sich Gewebe der Gebärmutter Schleimhaut auch außerhalb der Gebärmutter an. Je nach Ausmaß der Endometriose kann es zu Schmerzen kommen, die häufig mit dem Zyklus schwanken, da die Gebärmutter Schleimhaut anschwillt und wieder abblutet. Die Analyse zeigte, dass Akupunktur einen positiven Effekt auf Schmerz, klinische Befunde und CA-125 Konzentration im Blut hatte. Der CA-125 Wert ist bei Patientinnen mit Endometriose häufig erhöht.

Die Analyse der Studien deutet daher an, dass Akupunktur durchaus eine positive Wirkung bei Endometriose haben kann. Die Wissenschaftler deuten aber an, dass weitere Studien mit mehr Teilnehmern und besseren Kontrollen erforderlich sind, um bessere Aussagen treffen zu können.

Referenzen:

Xu Y, Zhao W, Li T, Zhao Y, Bu H, Song S. Effects of acupuncture for the treatment of endometriosis-related pain: A systematic review and meta-analysis. Zhang Q, ed. *PLoS One*. 2017;12(10):e0186616. doi:10.1371/journal.pone.0186616.

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“