

# Opioide Akupunktur vs. Schmerzmittel



Dr. med. Massimo Fumagalli, Gründer und CEO der Sinomedica-Zentren in Genf, Lausanne, Basel, Zürich, Chiasso, Lugano und Locarno, beim Setzen der Nadeln.

Die Schmerzmittel-Epidemie hat sich in den vergangenen Jahren zu einer bedeutenden Krise der öffentlichen Gesundheit in den USA und Europa entwickelt. Auch die Schweiz ist davon betroffen. **AKUPUNKTUR** bietet sich als wirksame Alternative bei chronischen Schmerzen an.

TEXT VERENA THURNER

**W**enn die ersten Schritte am Morgen zur Qual werden, ist der Griff zur Tablette bei vielen Schmerzgeplagten Routine. Schmerzmittel sind mit Abstand die am meisten verordneten Medikamente in der Schweiz. Weltweit steht die Schweiz an siebter Stelle als Schmerzmittelkonsument. Zwischen 2006 und 2013 hat sich die Rückerstattung von Schmerzmitteln wie Fentanyl, Buprenorphin und Oxycodon allein bei der Krankenkasse Helsana von 65 000 Fällen auf 137 000 mehr als verdoppelt. Dies belegen die Zahlen einer neuen wissenschaftlichen Untersuchung zum Thema «Medizinische Akupunktur» von Dr. Massimo Fumagalli und Dr. Raymond Landgraaf.

Von den über 42 000 Menschen, die 2017 in den USA an einer Drogenüberdosis starben, war bei 40 Prozent der Missbrauch von Schmerzmedikamenten die Ursache. Laut neuesten Zahlen des Centers for Disease Control and Prevention sinkt die Lebenserwartung der Amerikaner bereits das dritte Jahr in Folge. Grund: die Opioid-Epidemie. In den USA hat sich die Opioid-Krise zu einem gesundheitspolitischen Notstand entwickelt. Die Verschreibung von Schmerzmitteln auf Opioid-Basis wurde seit den 90er-Jahren stark ausgeweitet, was zu ei-

ner hohen Zahl von Abhängigen und Todesfällen geführt hat. Die Schweizer Onlineplattform Infosperber meldete 2017, dass in den USA mehr Leute an einer Arzneimittel-Überdosis sterben als durch Strassenunfälle und Waffengewalt zusammen. Es betrifft vor allem weniger gut gestellte Patientinnen und Patienten. Pillen sind günstiger als Physiotherapie und kostspielige Untersuchungen.

Die Stiftung Sucht Schweiz stellt fest, dass in der Schweiz kein Boom zum Schmerzmittelmissbrauch bestehe, obwohl ein stetiges Wachstum der Verkäufe auch bei uns zu verzeichnen sei. Trotzdem sei auch in der Schweiz Wachsamkeit angezeit.

Schmerzen sind ein natürliches Warnsignal des Körpers. Sie melden uns, dass etwas nicht in Ordnung ist, und warnen uns vor Gefahren. Ohne Schmerzempfinden könnten wir gar nicht überleben. Probleme entstehen, wenn Schmerzen chronisch werden. Die Beschwerden brennen sich als Erinnerung ins Zentralnervensystem ein. Man spricht dann von einem Schmerzgedächtnis. Auch wenn die ursprünglichen Schmerzen abgeklungen sind, senden die Nervenzellen weiterhin Signale an das Gehirn, dass etwas nicht stimmt. Viele Betroffene greifen in dieser Situation verständlicherweise zu Schmerzmitteln. Ständige Rückenschmerzen sind zum Beispiel die häufigste Form des

Schmerzgedächtnisses. Wie die Zeitschrift «Beobachter» im vergangenen Jahr warnte, sind auch rezeptfreie Schmerzmittel nicht harmlos. Die von solchen Medikamenten hervorgerufenen Beschwerden sind vielfältig: Herzbeutelentzündungen, Magengeschwüre, Beschwerden des Herz-Kreislauf-Systems, Anstieg des Blutdrucks, medikamenteninduzierte Kopfschmerzen.

Schmerztherapien ohne Medikamente sind also gefragt. Die nationale Zertifizierungskommission für Akupunktur und orientalische Medizin, eine gemeinnützige Organisation in den Vereinigten Staaten, hat kürzlich festgehalten, dass Akupunktur eine wichtige Rolle spielt im Kampf gegen den Schmerzmittelmissbrauch. Diese Erklärung wurde von der amerikanischen Food and Drug Administration sowie dem Präsidialamt gestützt. «Neuere wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass Akupunktur eine wirksame Alternative ist», erklärt Dr. med. Massimo Fumagalli (siehe Interview). Akupunktur aktiviere nachweislich eine Reihe körpereigener Opioide und verbessere die Empfindlichkeit des Gehirns gegenüber Opioiden. Und vor allem: Mit Akupunktur kommt es nicht zu negativen Nebenwirkungen.

Mehr Infos zu Akupunktur  
[www.sinomedica.ch](http://www.sinomedica.ch)

DR. MED. MASSIMO FUMAGALLI: MIT NADELN GEGEN SCHMERZEN

# «Klinisch relevante Wirkung»

## Dr. Massimo Fumagalli, wie wirkt Akupunktur bei Schmerzen?

In den letzten Jahren hat die Grundlagenforschung in der Akupunktur genau aufgezeigt, wie Akupunktur funktioniert. Es gibt konkrete wissenschaftliche Beweise für die Wirksamkeit – vor allem bei Schmerzen. Akupunktur hat einen anästhetischen Effekt, vergleichbar mit Morphin, aber letztlich besser.\* Neurobiologische Modelle erklären, wie Akupunktur bei Schmerzen die therapeutische Wirkung

erzielt. Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse deuten auf folgende Schlüsselkonzepte zur Erklärung der Akupunktur hin: Vermittlung von Neuroplastizität, zentrale Sensibilisierung und Modulation des somatosensorischen Cortex, autonome Stimulation des Nervensystems, Endorphinproduktion und hormonelle Modulation sowie entzündungshemmende Wirkungen.

### Was passiert dabei im Körper?

Akupunktur aktiviert eine Reihe körpereigener Opiode und verbessert die Empfindlichkeit des Gehirns gegenüber Opioiden. Es wurde auch festgestellt, dass bei Stimulation durch Akupunktur eine Reihe anderer biochemischer Stoffe, die an der Schmerzreduktion beteiligt sind, freigesetzt oder reguliert werden.

### Welche Schmerzen kann Akupunktur lindern?

Die Wirksamkeit von Akupunktur zur Schmerzbehandlung ist weithin bekannt. Die einzigartige Rolle bei der Verringerung des Leidens von Schmerzpatienten ist einer der Hauptgründe, warum Akupunktur weltweit so beliebt ist. Es gibt viele Forschungsarbeiten über die Auswirkungen der Akupunktur auf bestimmte schmerzhafte Zustände. Akupunktur ist wirksam bei der Behandlung von chronischen muskuloskelettalen Schmerzzuständen, Kopfschmerzen und Migräne, unspezifischen Rücken- sowie Nackenschmerzen, Schulterschmerzen und Arthrosen. Auch bei Schmerzen im Zusammenhang mit onkologischen Erkrankungen kann Akupunktur als ergänzende Therapie eingesetzt werden.

### Wie effektiv ist Akupunktur bei chronischen Schmerzen?

Es gibt ausführliche wissenschaftliche Beweise für die analgetische Wirkung der Akupunktur. Eine kürzlich erschienene Publikation im «Journal of Pain» von Vickers, 2018, zeigt die Wirksamkeit von Akupunktur erneut deutlich auf. In dieser Metaanalyse wurden mehr als 20 000 Personen aus 39 Studien untersucht. Die Ergebnisse bestätigen und bekräftigen frühere Schlüsselbefunde: Akupunktur hat eine klinisch relevante Wirkung im Vergleich zur Kontrollgruppe ohne Akupunktur, was darauf hindeutet, dass Akupunktureffekte nicht durch Placebo erklärbar sind. Der grosse Vorteil der Akupunktur gegenüber den pharmakologischen Optionen ist das Fehlen von unerwünschten Wirkungen.

### Hält die Schmerzfreiheit nur während der Behandlung an, oder hat Akupunktur einen länger anhaltenden Effekt?

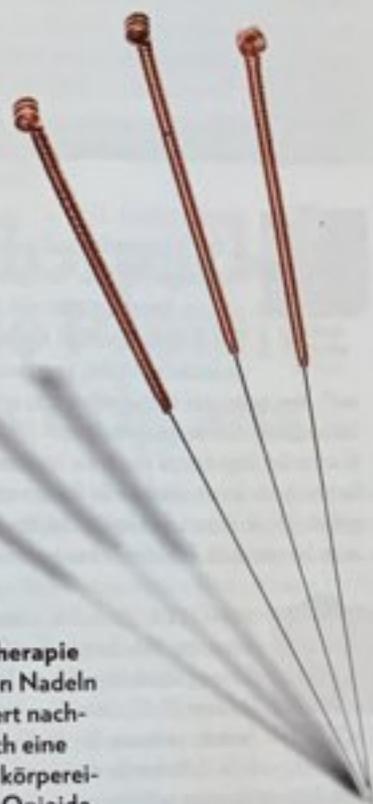
Die Wirkung von Akupunktur zur Behandlung chronisch anhaltender Schmerzen ist akkumulativ und hat langfristige Auswirkungen und dauerhafte Ergebnisse zur Folge. Zu Beginn der Therapie sind wöchentliche Behandlungen erforderlich. Danach reicht eine monatliche Erhaltungsbehandlung, um eine analgetische Wirkung zu erzielen.

### Wird Akupunktur von den Krankenkassen übernommen?

Mit einer Zusatzversicherung für Komplementär- oder Alternativmedizin werden die Kosten bei Behandlungen in unseren Praxen von den Krankenkassen erstattet.

\*Artikel von Napadow et al. BRAIN 2017; 140; 914–927

Die Therapie mit den Nadeln aktiviert nachweislich eine Reihe körpereigener Opiode.



Biochemische Mineralstoffe nach Dr. Schüssler

OMIDA  
Dr. Schüssler

## Dr. Schüssler salze von OMIDA.

Dies sind zugelassene Arzneimittel.  
Lesen Sie die Angaben auf den Packungen.

Lesen Sie sich in Ihrer  
Apotheke  
oder Drogerie  
hin.