

## Die Akupunktur im Rahmen der Geburtsvorbereitung

Mit diesem Informationsblatt möchten wir Ihnen die geburtsvorbereitende Akupunktur vorstellen. Alles Wissenswerte rund um die Behandlung haben wir für Sie hier zusammengetragen. Bei weiteren Fragen können Sie gerne auf uns zukommen.

### Was versteht man unter Akupunktur?

Die Akupunktur ist ein Verfahren der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und lässt sich aus dem chinesischen Verständnis von Gesundheit erklären. Letzteres beruht auf der Vorstellung, dass der gesamte Organismus von einem dichten Netzwerk an Kanälen (Meridianen) durchzogen ist. Durch diese fließt die Lebensenergie, das Qi, mit ihren Anteilen Yin und Yang. Die beiden lebenserhaltenden Kräfte sind im Körper als Gegenpole zur selben Zeit wirksam. Ihr völliges Gleichgewicht im Organismus stellt den idealen Gesundheitszustand dar. Ein Ungleichgewicht hingegen führt zu körperlichen und seelischen Symptomen und auf Dauer zu Krankheit.

Werden bestimmte Punkte auf den Meridianen gereizt, kann der Energiefluss reguliert werden. Dadurch lassen sich Störungen im Körperinneren beseitigen oder lindern. Die positiven Wirkungen der geburtsvorbereitenden Akupunktur wurden in verschiedenen Studien nachgewiesen.

### Wie wirkt sich die geburtsvorbereitende Akupunktur aus?

Eine Studie der Universität Mannheim beispielsweise zeigte, dass die Akupunktur bei Erstgebärenden die Geburtsdauer im Schnitt von zehn auf acht Stunden verkürzen kann. Dieser Effekt beruht darauf, dass sich der Muttermund schneller zu öffnen beginnt und somit die Eröffnungsphase verkürzt wird. Auf die Austreibungsphase hingegen hat die Akupunktur keinen Einfluss.

Die Behandlungsmethode eignet sich vor allem für Schwangere, die sich zusätzlich zum Geburtsvorbereitungskurs auf natürliche Weise auf die Geburt vorbereiten wollen. Auch Schwangerschaftsbeschwerden können durch Akupunktur positiv beeinflusst werden.

### Wo und wann findet die Akupunktur statt?

Die geburtsvorbereitende Akupunktur findet in kleinen Gruppen immer dienstags um 16.00 und 16.30 Uhr statt. Der Akupunkturraum befindet sich sechsten Stock des Veronikabaus des Marienhospitals. Der Raum hat die Nummer 634 und ist als Gruppenraum ausgeschildert.

### Ab wann sollte man mit der Akupunktur beginnen?

Die Akupunktur sollte ab der vollendeten 36. Schwangerschaftswoche in wöchentlichen Abständen bis zur Entbindung durchgeführt werden. Die Dauer einer Sitzung beträgt rund 30 Minuten.

### Wer nimmt die Akupunktur vor?

Die Akupunktur wird von speziell geschulten Ärzten der Gynäkologie und Geburtshilfe des Marienhospitals vorgenommen.

### Welche Schwangere sollte nicht an der Akupunktur teilnehmen?

Bestehen Auffälligkeiten in der Schwangerschaft oder liegt eine Gerinnungsstörung vor, sollten Sie mit uns oder mit Ihrem betreuenden Frauenarzt besprechen, ob eine Akupunkturtherapie sinnvoll ist. Ist ein Kaiserschnitt aufgrund einer Beckenendlage oder sonstigen Gründen geplant, so ist eine vorherige Akupunkturtherapie nicht sinnvoll.

Auch Schwangere, deren Mutterkuchen (Placenta praevia) vor dem Muttermund liegt oder deren Wehentätigkeit vorzeitig eingesetzt hat, sollten nicht an der Akupunktur teilnehmen.

### **Risiken und mögliche Komplikationen**

- örtliche Infektion an Einstichstellen  
Dazu kommt es nur selten, da sterile Einwegnadeln verwendet werden.
- Schmerzen  
Sie treten nur auf, wenn die Patientin sich während der Sitzung stark bewegt.
- örtliche Hämatome (Blutergüsse)  
Die Einnahme von Medikamenten zur Behandlung einer Gerinnungsstörung spricht nicht grundsätzlich gegen eine Akupunktur. Diese kann die Bildung von Blutergüssen jedoch begünstigen.
- Nervenschmerzen  
Sie entstehen als mögliche Folge des Nadelns durch mechanische Irritation von Nerven, die in der Nähe der Akupunkturpunkte liegen.

### **Wie viel kostet die Akupunkturbehandlung?**

Für gesetzlich versicherte Patientinnen betragen die Kosten 20,40 Euro pro Sitzung. Eine Rechnung wird nach Ende der Akupunktur zugeschickt.

Bei privat versicherten Patientinnen übernehmen in aller Regel die Krankenkassen die Kosten. Sicherheits- halber empfehlen wir jedoch, vor Beginn der Behand- lung bei Ihrer Kasse nachzufragen. Die Rechnungs- stellung erfolgt hier gemäß der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).

### **Wo kann man sich anmelden?**

Sie können sich direkt in unserer Schwangerenambu- lanz im Kreißsaal anmelden. Dort werden Ihnen auch weitere Fragen beantwortet. Telefon (0711) 64 89-2377. Sie erreichen uns Montag bis Freitag von 9.00 bis 16.00 Uhr.

### **Worauf Sie hinsichtlich der Therapie achten sollten**

Für die Behandlung sollten Sie im Beinbereich beque- me Kleidung tragen, sodass die Unterschenkel frei- gemacht werden können.

Für den weiteren Verlauf Ihrer Schwangerschaft und die Geburt wünschen wir Ihnen alles Gute!

Ihre Ärzte und Hebammen des Marienhospitals  
Stuttgart