

Festgestellt wurde, dass hier die Akupunktur ein wirksames Verfahren darstellt, das zu einer deutlichen Verbesserung der Schmerzen und damit verbundener Begleiterscheinungen, wie beispielsweise geringerer Schmerzmittelkonsum, führt. Und dies bei einem sehr geringen Nebenwirkungsrisiko und kaum Gegenanzeigen.

Bei diesen chronischen Krankheiten ist die Akupunktur ein wichtiger Baustein der Schmerztherapie, allerdings meist nicht als alleinige Anwendung, sondern eingebettet in ein Konzept weiterer Maßnahmen mit dem Ziel, Schmerzen zu lindern und Funktionen zu verbessern.

Fazit: Bei chronischen Rücken- und Kniebeschwerden bringt die Akupunktur als wirksame und schonende Behandlungsmethode deutlich bessere Erfolge als die Standardtherapie (z. B. mit Medikamenten und physikalischen Anwendungen).

Diese Vorteile bestätigten sich in den vorliegenden Studien leider nicht bei Migräne und Spannungskopfschmerz. Deshalb gehört die Akupunktur bei diesen und weiteren Krankheiten nicht zum Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung!

Fachlich qualifizierte Ärzte

Ärzte, die Akupunktur für die Versicherten unserer BKK anbieten, müssen neben der Zusatzweiterbildung „Akupunktur“ auch Kenntnisse in psychosomatischer Grundversorgung und in der Schmerztherapie nachweisen.

Bei chronischen Schmerzen der Lendenwirbelsäule sind jeweils bis zu zehn Sitzungen innerhalb von maximal sechs Wochen, in begründeten Ausnahmefällen bis zu 15 Sitzungen innerhalb von maximal zwölf Wochen (Dauer mindestens 30 Minuten) mit jeweils 14 bis 20 Nadeln vorgesehen. Bei chronischen Kniegelenksbeschwerden gilt entsprechendes, wobei je behandeltem Knie jeweils 7 bis 15 Nadeln angewendet werden.

Eine erneute Behandlung kann frühestens zwölf Monate nach Abschluss einer Akupunkturbehandlung erfolgen.

Der Eingangsdagnostik (u. a. Schmerzanalyse, Therapieplan, schmerztherapeutisches Gesamtkonzept) folgt die vorstehend beschriebene Akupunktur bis zur Abschlussuntersuchung.

Unsere BKK leistet

Unsere BKK übernimmt bei chronischen Schmerzen

- der Lendenwirbelsäule sowie
- eines oder beider Kniegelenke

die Kosten (ärztliche Leistungen einschl. Sachkosten) über die Versichertenkarte (künftig: elektronische Gesundheitskarte). Eine Zuzahlung des Versicherten ist nicht vorgesehen. Die Praxisgebühr fällt an, wenn keine ärztliche Überweisung vorgelegt wurde.

Zusatzversicherungen

In Kooperation mit der Barmenia Versicherung bieten wir exklusiv für Kunden der BERGISCHEN Krankenkasse kostengünstige und komfortable Zusatzversicherungen an. Für Akupunktur empfehlen wir: BKK ExtraPlus für Naturheilverfahren, zusätzliche Vorsorgeuntersuchungen sowie Heil- und Hilfsmittel (BKK N).

Service-Telefon der Barmenia:
0180 1 438033 – 7:00 bis 20:00 Uhr



Akupunktur

Bewährt bei
Rücken- und Knieschmerzen

*sehr geehrte Versicherte,
sehr geehrter Versicherter,*

die Akupunktur zählt zu den ältesten Heilmethoden, sie ist wesentlicher Bestandteil und eine wichtige Säule der „Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)“. Wenn die Akupunktur in Deutschland oft auch als „alternativ“ bezeichnet wurde, so ist dies lange Zeit mehr als Gegensatz zur so genannten Schulmedizin denn als zusätzliche Methode der Wahl verstanden worden.

Unsere BKK sichert eine vertragsärztliche Versorgung nach dem aktuellen wissenschaftlich anerkannten Stand der Medizin. Sie übernimmt also die Kosten für solche Heilmethoden, die nachweislich wirken. Sicher ist sicher!

Ob dies auch für die Akupunktur zutrifft, war viele Jahre strittig. Deshalb unterstützte die BKK entsprechende Modellvorhaben. In mehreren Studien wurde wissenschaftlich untersucht, bei welchen Beschwerden die Akupunktur gegenüber der Standardtherapie im Rahmen der Schulmedizin nachweislich hilft und Vorteile bringt.

Näheres dazu lesen Sie in dieser Schrift. Wenn Sie Fragen zu den Leistungen unserer BKK haben, rufen Sie uns einfach an – wir beraten Sie gerne.

Ihre

BKK DIE BERGISCHE KRANKENKASSE



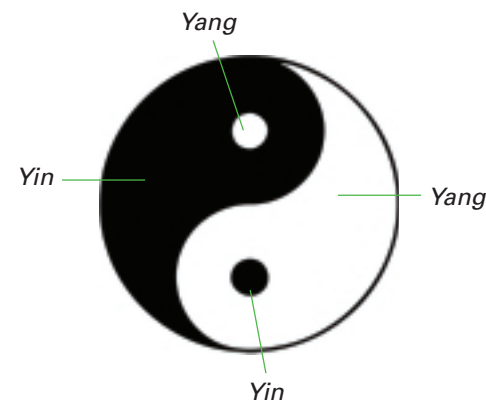
Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Die TCM wird auch als ganzheitliche Methode verstanden. Ihre fünf Säulen sind neben der Akupunktur die Kräuterheilkunde, die Ernährung, bestimmte Bewegungs- und Massagetechniken.

In der TCM werden alle Lebensformen auf die alles begründende Lebensenergie „Qi“ zurückgeführt. Ständige Veränderungen resultieren aus der Polarität der Kräfte „Yin“ und „Yang“. Das untenstehende Symbol verdeutlicht diese Lehre recht anschaulich: Der Kreis repräsentiert das Ganze, unterteilt in die gegensätzlichen Kräfte „Yin“ = passiv (schwarz) und „Yang“ = aktiv (weiß). Die kleinen Kreise zeigen, dass polare Kräfte auch ihr jeweiliges Gegenteil in sich tragen. Die geschwungene Mittellinie verdeutlicht Dynamik und zugleich Gleichgewicht.

Für die chinesische Medizin bedeutet Gesundheit ein möglichst ausgewogenes Gleichgewicht zwischen Yin und Yang. Das ständige Wechselspiel dieser Ursprungskräfte erzeugt die Lebensenergie „Qi“.

Das Qi fließt in bestimmten Kanälen unseres Körpers. Weil diese ähnlich wie die Erdmeridiane angeordnet sind, werden sie auch so genannt. Auf den Meridianen sitzen die Akupunkturpunkte. Ist die Lebensenergie Qi gestört oder unterbrochen, führt dies zur Krankheit.

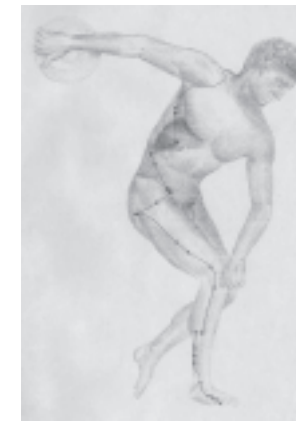


Die Akupunktur

Der Name Akupunktur lässt sich aus dem lateinischen ableiten, nämlich von „acus“ = Nadel und „pungere“ = stechen. Das Heilungsprinzip der Akupunktur ist relativ einfach. Meridiane sind nach chinesischer Vorstellung Leitbahnen, über die die Lebensenergie Qi die Organe bzw. Körperteile durchfließt. Jeweils zwei Meridiane (Yin und Yang) bilden ein Paar. Diese Reflexbahnen entspringen den Fingern und Zehenspitzen und ziehen sich von dort bis zum Kopf. Insgesamt kennt die chinesische Medizin 14 Hauptmeridiane mit 361 Hauptakupunkturpunkten.

Der Akupunkturarzt führt feine, nur Millimeterdicke „dicke“ Einmalnadeln (in der Regel aus Edelstahl) wenige Millimeter mit drehender Bewegung in die oberste Hautschicht. Dies ist für den Patienten kaum spürbar, ebenso sind unerwünschte Nebenwirkungen kaum zu befürchten. Durch diese gezielten Nadelstiche werden (Energie-)Blockaden gelöst und das Qi (wieder) zum fließen gebracht, zu bestimmten Organen bzw. Organfunktionen.

Die wissenschaftliche Erklärung der Wirkung ist zwar nicht einheitlich beschrieben, sie wird aber überwiegend so gedeutet: Die Nadeln können körpereigene schmerzdämpfende Endorphine oder auch Neurotransmitter, das sind Nervenüberträger-substanzen, freisetzen. So können Schmerzsignale das Gehirn nicht erreichen. Akupunktur kann beruhigend wirken, die Muskelspannung senken und die Durchblutung fördern.



Beispiel für einen Meridianverlauf

Akupunktur bei Knie- und Rückenschmerzen

Sie führen seit Jahren die Liste der häufigsten Krankheiten und auch Fehlzeiten an: Rückenbeschwerden aber auch Knieprobleme. Für die Behandlung dieser oft chronischen Schmerzen gibt es aber bisher keine Leitlinien mit einheitlichen Empfehlungen. Wissenschaftliche Untersuchungen konnten in der Vergangenheit keine Überlegenheit einer bestimmten Behandlungsform zeigen. Immer häufiger wurde – als Alternative – die Akupunktur eingesetzt. Deshalb unterstützte unsere BKK entsprechende Modellvorhaben, um die Wirkung der Akupunktur bei diesen meist chronischen Krankheiten zu klären und damit die Voraussetzung zur Aufnahme in den Leistungskatalog der BKK zu schaffen. In diesem Modellvorhaben waren auch die Diagnosen Migräne und Spannungskopfschmerzen einbezogen.

Der Gemeinsame Bundesausschuss, in dem Ärzte und Krankenkassen vertreten sind, hat diese aktuellen Studien ausgewertet und die Voraussetzungen für die Aufnahme der Akupunktur in den Leistungskatalog für folgende Diagnosen festgestellt

- chronische Schmerzen der Lendenwirbelsäule, die seit mindestens sechs Monaten bestehen und ggf. nicht segmental bis maximal zum Kniegelenk ausstrahlen (pseudoradikulärer Schmerz)
- chronische Schmerzen eines oder beider Kniegelenke durch Gonarthrose (seit mindestens sechs Monaten)