

Akupunktur bei Übergewicht

Daß Übergewichtige häufiger eine Reihe körperlicher Leiden aufweisen als Normalgewichtige, ist Ihnen sicherlich bekannt. Übergewicht entsteht bis auf wenige Ausnahmen dadurch, daß mit der Nahrung mehr Energie zugeführt wird, als der Körper verbraucht. Es ist deshalb sehr wahrscheinlich, daß auch Sie, gemessen an Ihrem Verbrauch, bisher zuviel gegessen haben.

Vielleicht sind Sie sich dessen gar nicht einmal so sehr bewußt. Oder Sie wissen es zwar ganz genau, können aber die **Ursachen für vermehrtes Essen** nicht abstellen, z.B. **zu großer Appetit durch Nervosität, Depressionen, Unausgeglichenheit, Müdigkeit oder starken Streß**.

Wenn Sie sich zu einer Akupunkturbehandlung entschließen, wird Ihnen die Gewichtsabnahme spürbar erleichtert.

Was bewirkt die Akupunkturbehandlung?

Durch die Ohrakupunkturdiagnostik (Diagnostik an den Ohrreflexzonen) stellt Ihr Arzt fest, wo bei Ihnen die hauptsächlichsten Schwachstellen des „Zuviel-Essens“ liegen: Ob Sie eher aus Nervosität essen oder aus Niedergeschlagenheit, ob Sie über Essen Frustrationen kompensieren oder ob Sie sich vielleicht Aggressionen „wegessen“, anstelle sie abzureagieren.

Vielleicht sind Sie auch ein Linkshänder, der rechts schreibt und daher eine Schwäche seiner „Händigkeit“ aufweist. Man vermutet, daß in einem solchen Fall der Patient unbewußt versucht, sich durch Essen (oder auch Rauchen) zu stabilisieren. Da dieser Effekt nicht lange anhält, muß er immer wieder essen (oder zur Zigarette greifen). Viel wirksamer kann diese Schwäche der „Händigkeit“ jedoch durch eine Nadel in einem speziellen Unterstützungspunkt vor dem Ohr behandelt werden.

Wie läuft eine Akupunkturbehandlung ab?

Nach der **Diagnostik über den Ohrreflexzonen** wird Ihr Arzt die zu behandelnden Punkte festlegen und dort kleine **Dauernadeln** einstecken, die für sieben bis zehn Tage belassen werden (über den Umgang mit den Dauernadeln siehe Patientenmerkblatt: Umgang mit Dauernadeln).

Je nachdem, welche Punkte für Ihren speziellen Einzelfall gestochen wurden, werden Sie **durch die Akupunkturbehandlung ruhiger** werden, **ausgeglichener, stabiler, weniger aggressiv, weniger depressiv**.

Dies ist dann die Voraussetzung dafür, daß Sie automatisch weniger essen müssen. Außerdem werden Sie trotz reduzierter Nahrungsaufnahme körperlich und seelisch stabil und ausgeglichen bleiben.

In manchen Fällen findet der Arzt bei seiner Voruntersuchung über den Ohrreflexzonen, daß ein starker **Störherd** vorhanden ist. Dieser kann daran schuld oder beteiligt sein, den Patienten unausgeglichen und instabil zu machen, was wiederum zu vermehrtem Essen führen kann.

Störherde sind üblicherweise Prozesse im Körper, von denen der Patient oft gar nichts bemerkt (tote Zähne, entzündete Kieferhöhlen, Narben, kleine Fremdkörper nach Splitterverletzungen, evt. auch Giftbelastungen), die aber Ursache sein können für Gelenksbeschwerden, Migräne, Infektneigung und vieles mehr, u.a. auch für Ihr Übergewicht.

Wenn Ihr Arzt bei der Voruntersuchung festgestellt hat, daß bei Ihnen ein (oder mehrere) Störherde bestehen, wird er diese Herde in die Nadelbehandlung miteinbeziehen.

Bitte wenden

Die Wirkung der Akupunktur beruht also darauf, Sie in die Lage zu versetzen, weniger zu essen.

Nur müssen Sie diese Chance dann auch nutzen. Essen Sie also nach einer Akupunkturbehandlung nicht aus Gewohnheit, nur weil es gerade 12.00 Uhr ist!

Außerdem sollten Sie sich natürlich vorher für eine spezielle Diätform entschieden und entsprechend vorbereitet haben. Sollten Sie sich bisher noch nicht festgelegt haben, bieten wir Ihnen auf Nachfrage gerne Informationen über die sog. "Max-Planck-Diät" an, mit der man nach unseren eigenen Erfahrungen auch langfristig hervorragende Ergebnisse erzielen kann.

Die mit Abstand beste Methode zur Änderung der eigenen Essgewohnheiten stellt natürlich das Heilfasten nach O. Buchinger dar. Diese Leistung bieten wir auch ärztlich-begleitet in unserer Praxis an. Fragen Sie nach unserer **Patientenbroschüre: Heilfasten**.

VIEL ERFOLG WÜNSCHT IHNEN IHR AKUPUNKTURARZT.