



Liebe Patientin, lieber Patient,

manchmal kommt es vor, dass eine Akupunkturbehandlung nicht ganz die erwünschte Wirkung zeigt. Falls Sie diesen Eindruck haben: Bitte sprechen Sie unbedingt mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt darüber. Dieser kleine Leitfaden hilft Ihnen beim Aufspüren von Gründen.

Wir wünschen Ihnen alles Gute,  
Ihr DÄGfA-Team

## Akupunktur hat nicht geholfen: Woran könnte es liegen?

### Mögliche therapeutenbezogene Gründe

Hat Ihre Ärztin/Ihr Arzt eine umfassende Akupunturausbildung?  
Auf unserer Internetseite finden Sie geprüfte Akupunkturärzte in Ihrer Nähe:  
[www.daegfa.de](http://www.daegfa.de) >> [Patientenportal](#) >> [rechte Seite: Arzt-Schnellsuche](#)

Wurde die Erkrankung abgeklärt und eine ärztliche Diagnose gestellt?

Wurden Sie von Ihrem Akupunkturarzt ausreichend befragt und/oder untersucht, z.B. im Sinne der Chinesischen/Ost-Asiatischen Medizin?

Damit Sie als Patientin/Patient dies besser beurteilen können, haben wir hier einige erläuternde Beispiele zusammengefasst.

- Hatten Sie den Eindruck, dass Ihre Ärztin/Ihr Arzt versucht hat, die Gesamtheit Ihrer Beschwerden in einen Zusammenhang zu stellen? Oder wurde einfach gemäß Ihrer Hauptbeschwerde (z.B. Migräne, Rückenschmerzen, Regelbeschwerden) ohne weitergehende Befragung behandelt?
- Hat Ihre Ärztin/Ihr Arzt das vorliegende Beschwerdebild/Ihre Krankheitssymptome mit Ihnen besprochen, Ihnen auch z.B. die emotionellen Anteile ausreichend erklärt?

Bitte beachten Sie, dass nicht alle Krankheitsbilder eine sehr ausführliche Befragung erfordern. Bei komplexen, chronischen Erkrankungen ist dies eher erforderlich als bei akuten Erkrankungen, bei Körperakupunktur eher als bei Ohrakupunktur. Ein erfahrener Akupunkturarzt kann meist in kurzer Zeit, dennoch aber knapp und präzise, die wesentlichen Aspekte erfragen.

Hat Ihre Ärztin/Ihr Arzt ausreichende praktische Akupunkturerfahrung?

Hatten Sie den Eindruck, Ihre Ärztin/Ihr Arzt beherrscht die Akupunktur?



Beherrscht Ihre Ärztin/Ihr Arzt verschiedene Akupunkturmethoden/-techniken (z.B. Körper-, Ohr-, Schädel-, Laser- und/oder Triggerpunktakupunktur, Verfahren wie Moxibustion, Schröpfen, Schröpfkopfmassage)?

Kurze Antworten auf wichtige Fragen zu Methoden, Indikationen und Wirkungsweise von Akupunktur und Chinesischer Medizin vermittelt die Patientenbroschüre der DÄGfA.

[www.daegfa.de](http://www.daegfa.de) >> [Ärzteportal](#) >> [Service](#) >> [Literatur](#) >> [DÄGfA-Zeitschriften](#)

oder

[www.daegfa.de](http://www.daegfa.de) >> [Patientenportal](#) >> [Startseite: Informationen für Patienten](#)

Sind die Therapieziele, also was bei Ihren Beschwerden mit Hilfe der Akupunktur erreicht werden kann/soll, klar besprochen worden?

Hat Ihre Ärztin/Ihr Arzt mit Ihnen besprochen, was Sie dazu beitragen können, dass die Therapie Ihrer Krankheit/Störung ein besseres Ergebnis erreicht, z.B. Änderung bestimmter Verhaltensmuster?

## **Mögliche behandlungsbezogene Gründe**

Wurde die Behandlung von der Ärztin/dem Arzt durchgeführt?

Wurden Sie in einem eigenen Raum individuell behandelt?

Wurden Sie auf einer Liege behandelt?

Waren Lagerung und Raumtemperatur angenehm?

Konnten Sie sich bei der Akupunkturbehandlung ausreichend entspannen?

Fühlten Sie sich bei der Behandlung sicher und konnten Sie sich bei Bedarf bemerkbar machen?

Fanden die Behandlungen regelmäßig (z.B. 1-2 Mal pro Woche) statt oder sehr unregelmäßig mit sehr großen Unterbrechungen?

Wurden ausreichend viele Sitzungen durchgeführt, so dass sich ein Behandlungserfolg hätte einstellen können (oft sind bei chronischen Erkrankungen ca. 6-10 Sitzungen notwendig, bis sich ein erster Erfolg einstellt; ca. 8-15 Sitzungen sind häufig notwendig, damit sich der verbesserte Zustand stabilisiert)?



## Mögliche patientenbezogene Gründe

Haben Sie Ihre Erwartungen an die Akupunktur mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt besprochen?

Fühlten Sie sich ausreichend aufgeklärt?

Haben Sie Vertrauen zu Ihrem Akupunkturarzt?

Waren zusätzliche Belastungen, z.B. aus den Lebensumständen, vorhanden, die möglicherweise nicht genügend berücksichtigt wurden? Hätten Sie hier Unterstützung oder Beratung benötigt?

Haben Sie mit Ihrem Akupunkturarzt geklärt, ob eine Änderung von Lebens- und Ernährungsgewohnheiten zusätzlich zur Akupunkturbehandlung den Therapieerfolg unterstützen kann?

Haben Sie einen weiteren Akupunkturversuch zu einem späteren/anderen und evtl. besserem Zeitpunkt unternommen (siehe unten „Unser Rat“)?

Haben Sie Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt auch scheinbar unwichtige Beschwerden mitgeteilt (z.B. auch Narben und Befindlichkeitsstörungen)?

Haben Sie sich insgesamt wohl gefühlt bei der Behandlung?

## Was können Sie tun? Unser Rat

Es kann sehr unterschiedliche Gründe geben, warum eine Akupunkturbehandlung bei Ihnen nicht oder nur teilweise geholfen hat. Auf jeden Fall lohnt es sich, eventuelle Gründe herauszufinden, sie mit der Ärztin/dem Arzt Ihres Vertrauens zu besprechen und eventuell zu einem späteren Zeitpunkt einen erneuten Akupunkturversuch zu unternehmen.

Auch wenn es nicht immer möglich ist, eine Krankheit vollständig zu heilen, kann zumeist dennoch eine Linderung der Beschwerden und ein leichteres Umgehen mit der Erkrankung erreicht werden.

Bitte beachten Sie: Chronische Beschwerden benötigen oft eine längere Zeit, bis eine deutliche Linderung spürbar wird. Auch können belastende Lebensumstände einen Behandlungserfolg hinauszögern.

Die Akupunktur wiederum kann helfen, die seelischen Probleme und Schwierigkeiten besser und mit mehr innerer Kraft und Mut anzugehen und dadurch den Weg zu einer Linderung der Beschwerden bahnen.

Aus diesem Grund könnte ein erneuter Therapieversuch nach einigen Monaten sinnvoll sein, insbesondere wenn sich nach der ersten Behandlungsserie zumindest Teilerfolge eingestellt haben. Auch eine Verbesserung der vegetativen Symptome wie besserer Schlaf, mehr Ausgeglichenheit sowie ein Zugewinn an innerer Kraft und seelischer Belastbarkeit sprechen dafür, dass Sie grundsätzlich gut auf die Akupunktur ansprechen.



## **Was tun, wenn die Akupunktur gute, aber nicht ausreichend lange Linderung gebracht hat?**

Wenn die Besserung, die mit der Akupunktur erreicht wurde, nicht dauerhaft anhält, sind einzelne Behandlungen in gewissen Abständen ratsam, um den Behandlungserfolg immer wieder aufzufrischen („Erhaltungsakupunktur“). Bei chronischen Erkrankungen ist es auch oft sinnvoll, in größeren Intervallen eine Auffrischserie mit mehreren Sitzungen durchzuführen.

Außerdem sollte ein Augenmerk auf eventuelle Auslöser oder Faktoren, die die Beschwerden aufrechterhalten (z.B. Lebensgewohnheiten, körperliche oder seelische Belastungen), gelegt werden.

Verbesserung der Körperhaltung und Schlaflage, Sport, ergonomische Arbeitsplätze, Vermeidung von Fehlhaltungen am Arbeitsplatz, gesunde Ernährung, verbesserte Zeiteinteilung zur Stress- und Überforderungsvermeidung, Konfliktlösungsstrategien, Lernen „Nein“ zu sagen usw. können hier oft helfen. Sprechen Sie Ihren Akupunkturarzt darauf an.