

## Akupunktur lässt Dialyse-Patienten besser schlafen



Bildquelle: uppercut images

Wenn die Nieren nicht mehr funktionieren, bleibt die regelmäßige Dialyse, also die künstliche Blutwäsche, oft die letzte Möglichkeit. Doch die körperlichen und seelischen Belastungen dieser Behandlung sind enorm. Mit Akupunktur und Akupressur lässt sich das Leiden vieler Patienten lindern.

Die regelmäßige Blutwäsche führt bei vielen Patienten zu erheblichen Schlafstörungen, Depressionen oder dem so genannten Fatigue-Syndrom.

Fatigue beschreibt einen tiefen, chronischen Erschöpfungszustand, unter dem die Betroffenen leiden. Die genauen Ursachen sind noch unbekannt, eine Behandlung mit konventionellen Methoden ist schwierig.

Dass sich alternative Behandlungsmethoden wie Akupunktur und Akupressur eignen, um chronische Schmerzen effektiv zu bekämpfen, ist längst nachgewiesen. Ob sich diese Methoden aber auch zur Behandlung von Dialyse-Patienten eignen, das wollten Wissenschaftler in Taiwan jetzt herausfinden.

In ihrer Studie untersuchten die Forscher insgesamt 106 Patienten, die sie zufällig in drei Gruppen ordneten. Alle waren regelmäßige Dialyse-Patienten. Eine Gruppe erhielt Akupressur-Anwendungen, eine andere Elektroakupunktur-Behandlungen (elektrische Reizung von Akupunkturpunkten) und die dritte Gruppe diente als Kontrolle und wurde gar nicht behandelt.

Die Anwendungen fanden über einen Monat hinweg statt, jeweils drei Mal pro Woche und immer 15 Minuten lang. Vor der ersten Therapie wurden alle Probanden gebeten, ihre gesundheitlichen Beeinträchtigungen auf einer standardisierten Skala einzustufen. So konnten die Forscher jeweils die Intensität der Symptome (Schlafstörungen, Depressionen und / oder Fatigue) bestimmen, unter denen die Patienten litten. Im Laufe der nun folgenden Behandlungen und danach wurde diese Befragung wiederholt.

### Deutliche Verbesserungen

Die Ergebnisse der Untersuchungen zeigen, dass die Dialyse-Patienten deutlich von den Behandlungen profitierten: Anders als bei der Kontrollgruppe besserten sich die Werte der Behandelten bei allen drei der untersuchten Parameter erheblich. Unterschiede zwischen der Akupressur- und Elektroakupunktur-Behandlung waren nicht erkennbar – beide wirkten sich gleichermaßen positiv aus. „Akupunktur und Akupressur sind sinnvolle Methoden zur Unterstützung von Dialyse-Patienten“, meint auch Dr. Bernd Ramme von der Deutschen Akademie für Akupunktur und Aurikulomedizin (DAAAM) – und hofft, dass diese Methoden zukünftig auch hierzulande häufiger eingesetzt werden.

Quelle: Tsay SL et al.: Acupressure and Transcutaneous Electrical Acupoint Stimulation in Improving Fatigue, Sleep Quality and Depression in Hemodialysis Patients. AJCM (2004); 32(3): 407-416