

# Akupunktur nach dem NADA-Protokoll in der heroingestützten Behandlung - mehr als ein Trend?

## DIPLOMARBEIT



Abb.1: „NADA-Ohr“ In Holz gebrannt

Autorin Elisabeth Meinherz  
Referentin Marija Hess  
Co-Referent Marielle Obermayr  
eingereicht am 05.03.2012  
eingereicht an TAO CHI, Schweizerische Fachschule für Chinesische Medizin

## Abstrakt

Verfasserin: Elisabeth Meinherz

Jahrgang der Arbeit: 2012

Schule: TAO CHI, Schule für chinesische Medizin, Zürich

Titel: „Akupunktur nach dem NADA-Protokoll in der heroingestützten Behandlung - mehr als ein Trend?“

Die Akupunktur nach dem NADA-Protokoll, ein standardisiertes Verfahren der Ohrakupunktur, hat sich im Bereich der Entzugsbehandlungen in den letzten Jahren international bewährt und wird regelmässig in der ambulanten und stationären Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen, zunehmend auch allgemein in der Psychiatrie und in Gefängnissen eingesetzt.

In der vorliegenden Arbeit wird einleitend das NADA-Protokoll näher beleuchtet mit einem kurzen Einblick in die Geschichte der NADA-Akupunktur, das Behandlungssetting, der Wirkung der Punkte und der Zusatzpunkte. Ein Schwerpunkt der Arbeit liegt auf der Betrachtung der westlichen und vor allem der chinesischen Sichtweise einer Abhängigkeitserkrankung und deren Entwicklung. Die einzelnen Organ-Funktionskreise, welche bei der NADA-Akupunktur stimuliert werden, werden vertieft im Zusammenhang mit einer Abhängigkeitserkrankung beleuchtet.

Die NADA-Akupunktur in der heroingestützten Behandlung (HeGeBe) in Chur wird seit 2007 angeboten und erfreut sich grosser Beliebtheit bei den Klienten. Die konstante und hohe Teilnehmerzahl, die Rückmeldungen in den jährlichen Umfragen und in den persönlichen Interviews mit den Klienten bestätigen, dass die NADA-Akupunktur ein wichtiger Bestandteil unseres Behandlungsangebotes ist. Die Ohrpunkte dienen vor allem der Stärkung der Yin-Funktionen, sie fördern Entspannung, Ruhe, Erholung und Regeneration. Die standardisierten Zusatzpunkte Du20, Si shen cong und Yintang sind bedeutende Beruhigungspunkte und senken überschüssendes Yang ab. Die Hauptgründe für die Teilnehmenden an der NADA-Akupunktur in der HeGeBe Chur sind, dass sie sich ausgeglichener fühlen, innere Ruhe und Entspannung finden können, dass sich ihre Schlafqualität verbessert und die Teilnehmenden schätzen die angenehme und positive Erfahrung in der Gruppe sehr. Die Akupunktur nach dem NADA-Protokoll hat sich in der HeGeBe Chur gut etabliert, sie ist deutlich mehr als nur ein Trend oder eine vorübergehende Mode-Erscheinung!

Die Umfrage in den Zentren für heroingestützte Behandlung der Schweiz zeigt auf, dass es stark abhängig ist von der Einstellung der ärztlichen Leitung der Zentren, ob NADA-Akupunktur überhaupt angeboten wird. In denjenigen Zentren, welche die Ohrakupunktur nach dem NADA-Protokoll anwenden, wird das Angebot von den Klienten allgemein geschätzt, auch wenn die durchschnittliche Teilnehmerzahl pro Sitzung eher gering ist.

Es ist sehr wichtig, die NADA-Akupunktur als einen Teil der Behandlung zu bewerten, Akupunktur allein heilt nicht die Abhängigkeitserkrankung. Die Akupunktur nach dem NADA-Protokoll soll begleitend zu den konventionellen therapeutischen Behandlungsmethoden eingesetzt werden. Eine Begleitung durch Gespräche, Unterstützung bei den Finanzen, der Wohnsituation und der Tagesstruktur, thematisieren des sozialen Umfeldes und sozio-kulturelle Angebote sind unabdingbare Bestandteile bei der Begleitung von Abhängigkeitskranken. Ein Angebot, das einfach, effektiv und unmittelbar eingesetzt werden kann, ist die Ohrakupunktur nach dem NADA-Protokoll. Sie gibt Abhängigkeitskranken die Möglichkeit, ihren Körper, ihren Geist und ihre Seele zu regenerieren.

# Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung	4
2.	Das NADA Protokoll	5
2.1	Die Entdeckung der Wirkung	5
2.2	Die Ohrakupunktur	5
2.3	Das Behandlungssetting	6
2.4	Die Punkte	6
3.	Abhängigkeitsverständnis aus westlicher Sicht	9
3.1	Abhängigkeitsentwicklung	9
4.	Abhängigkeit aus Sicht der chinesischen Medizin	12
4.1	Suchtverständnis nach TCM	12
4.2	Organfunktionskreise und Abhängigkeitserkrankung	13
5.	Heroin – von der Droge zum Medikament	18
5.1	Heroin: Herkunft und Wirkung	18
5.2	Kurzer Einblick in die Geschichte des Heroins	18
5.3	Die heroingestützte Behandlung (HeGeBe)	19
5.4	NADA-Akupunktur in der heroingestützten Behandlung in Chur	20
	Bewertung der Umfrage in der HeGeBe Chur	24
	Bewertung der Umfrage in den HeGeBe Zentren der Schweiz	25
6.	Wirksamkeit der NADA-Akupunktur	26
7.	Persönliche Schlussfolgerungen	27
8.	Quellenverzeichnis	29
8.1	Literaturangaben	29
8.2	Internet Seiten	29
8.3	Bilder und Graphiken	30
9.	Anhänge	31
10.	Lebenslauf der Autorin	32

# 1. Einleitung

Seit über fünf Jahren arbeite ich als Pflegeperson im Ambulatorium für heroingestützte Behandlung in Chur und beschäftige mich intensiv mit dem Thema Abhängigkeit. Die Akupunktur nach dem NADA-Protokoll, eine standardisierte Methode der Ohrakupunktur, wurde 2007 auf Initiative der Pflege bei uns eingeführt. Wir bieten sie stets dreimal pro Woche an und sie wird von den Klienten gerne und rege genutzt. Regelmässig nehmen 6-13 Klienten an der NADA-Akupunktur teil, das Angebot wird sehr geschätzt.

Durch meine Ausbildung zur TCM Therapeutin erhielt ich einen zunehmend tieferen Einblick in die chinesische Medizin. Die Zusammenhänge der gestochenen Punkte bei der NADA-Akupunktur mit Syndrombildern einer Abhängigkeit in der chinesischen Medizin interessierten mich. Auch wollte ich die Zusammenhänge und die theoretischen Grundlagen von Abhängigkeit aus westlicher Sicht und TCM-Sicht vertiefter betrachten und einen Bezug zur Praxis herstellen. In der heroingestützten Behandlung in Chur ist das Angebot der NADA-Akupunktur bei den Klienten sehr beliebt. Ich wollte deshalb herausfinden, ob die NADA-Akupunktur auch in den anderen Zentren für heroingestützte Behandlung der Schweiz so regelmässig angewendet und genutzt wird - ob die NADA-Akupunktur in der Substitutionstherapie mit Heroin mehr als nur ein Trend oder eine Mode-Erscheinung ist.

Zur chinesischen Sichtweise einer Abhängigkeit fand ich wenig Literatur. Gerade dies reizte mich umso mehr, dieses Syndrom genauer zu studieren.

An dieser Stelle möchte ich mich ganz herzlich bei Margrith Meier, Master in Sucht bedanken. Sie ist mir bei meiner Diplomarbeit mit fachlichem Rat zur Seite gestanden. Auch meinem Mann Kurt Stäger ein herzliches Dankeschön für die Unterstützung bei den Graphiken und Bildern.

## 2. Das NADA Protokoll

Das NADA Protokoll (**N**ational **A**cupunctur **D**etoxification **A**ssociation) ist eine standardisierte Methode der Akupunktur, die in den 1970er Jahren für die Behandlung von Heroinsüchtigen und Mehrfachabhängigen entwickelt wurde.

### 2.1 Die Entdeckung der Wirkung

Eher durch Zufall entdeckte der Hongkonger Neurochirurg Dr. Wen, dass Akupunktur die Entzugserscheinungen bei Opium- und Heroinabhängigen lindert und die Phase der Entgiftung deutlich erleichtert. Er verwendete vor allem die Elektro-Akupunktur, hat deren Wirkung in Studien untersucht und 1973 erstmals veröffentlicht.

Der Psychiater Dr. Michael Smith vom Lincoln Medical and Health Center in New York nahm diese Erfahrungen auf. Er und seine Mitarbeiter der Drogenambulanz des Lincoln Hospitals behandelten täglich über 150 drogenabhängige und psychiatrisch auffällige Patienten mit Akupunktur. Anfangs wurde vor allem der Lungenpunkt im Ohr gestochen. Sie versuchten auch andere Ohrpunkte, und fanden schliesslich eine einfache und effektive Kombination von 5 Punkten im Ohr. Sie entwickelten ein standardisiertes Behandlungssetting der Ohrakupunktur für eine ambulante Entzugsbehandlung zur Therapie von Heroinabhängigen. In ihrer weiteren Arbeit fanden sie heraus, dass dieselbe Therapie genau so effektiv auch in der Entzugsbehandlung von anderen Substanzen wie Alkohol, Crack, Benzodiazepinen, Amphetaminen, Methadon und Kokain war.

Diese Behandlung hat sich in den 80iger Jahren in den USA als „Behandlung nach dem NADA-Protokoll“ etabliert. NADA wurde 1985 in New York gegründet mit dem Ziel, diese Behandlung zu etablieren, sie wissenschaftlich zu überprüfen und eine gute Aus- und Weiterbildung zu garantieren.

Als erster im deutschsprachigen Raum beschreibt der Wiener Suchtmediziner Dr. H.G. Marx, der die Akupunktur gezielt bei Abhängigkeit-Syndromen einsetzte, die lindernde Wirkung von Akupunktur auf Entzugserscheinungen, Suchtverlangen (Craving), Schlafstörungen und die positive Wirkung auf eine Therapiemotivation.

Die Behandlung nach dem NADA-Protokoll verbreitete sich auch in Europa, NADA Schweiz wird am 23. März 2004 gegründet.

Die Akupunkturmethode nach NADA hat sich im Bereich der Entzugsbehandlung in den letzten Jahren international bewährt und wird regelmässig in der ambulanten und stationären Suchtbehandlung angewendet, zunehmend auch allgemein in der Psychiatrie und in Gefängnissen.

NADA heisst auch „nichts“ auf spanisch – es wird ohne Stoff behandelt.

### 2.2 Die Ohrakupunktur

Bei der Ohrakupunktur handelt es sich um eine spezielle Form der Akupunktur. Im Gegensatz zu der Körperakupunktur handelt es sich bei den Zonen und Punkten der Ohren um Reflexzonen. Schon in alten chinesischen Schriften werden reflektorische Zusammenhänge zwischen Ohrarealen und bestimmten Körperregionen beschrieben. Hippokrates versuchte Impotenz durch Aderlass am Ohr zu heilen, im späten Mittelalter wurden Zahnschmerzen mittels einer Brenneisenbehandlung (Kauterisation) am Ohr gelindert. Seit 1950 untersuchte der französische Arzt Paul Nogier systematisch die Wirkung der Stimulation von Ohrpunkten und Ohrarealen. Im Westen bildeten sich im 20. Jahrhundert verschiedene Schulen der Ohrakupunktur, wie zum Beispiel die russische, französische oder die Wiener Schule. Alle diese Schulen sind der Ansicht, dass sich die Körperorgane in der menschlichen Ohrmuschel widerspiegeln. Die Abbildung sieht aus wie ein auf dem Kopf liegender Mensch in Embryostellung. Anhand dieses Bildes ergibt sich eine Repräsentation der Körperregionen und Körperorgane in bestimmten Bereichen des Ohres.

Neurophysiologische Mechanismen führen zu Projektionen von peripheren Störungen auf das Ohr. Dadurch entsteht die Möglichkeit vom Ohr aus durch Reize, zum Beispiel durch Nadeln, zurück auf den Körper zu wirken. Der Wirkmechanismus ist ein Reflexmechanismus.

Die Akupunktur nach dem NADA-Protokoll bezieht sich auf die französische Schule von Dr. Paul Nogier.

„Die Ohrakupunktur ist ein Element der traditionellen chinesischen Medizin. Der Franzose Paul Nogier verband ca. 1950 altes chinesisches Wissen mit überlieferten nahöstlichen und afrikanischen Erfahrungen der Ohrreflexbehandlung. Er integrierte schulmedizinische Erkenntnisse, z.B. über das Hormonsystem in das Reflexsystem des Ohres, systematisierte das ganze Wissen und entwickelte eine neue Topographie der Ohrreflexpunkte, die folglich von der klassisch chinesischen etwas abweicht. Diese neue Entwicklung der Ohrreflextherapie wird nach Paul Nogier Auriculotherapie genannt. In der Praxis finden sowohl das traditionelle chinesische als auch das Modell Nogiers Anwendung, je nach Konzept und Erfahrung des Behandlers.“ (NADA Schweiz: [www.nada-acupuncture.ch](http://www.nada-acupuncture.ch); 26.1.2012)

In der chinesischen Medizin werden die Ohren den Nieren zugeordnet, das Ohr hat also einen spezifischen Bezug zu den Nieren. Verschiedene Meridiane führen zu den Ohren oder in die Ohren hinein. Auch die traditionelle chinesische Akupunktur verwendet Ohrpunkte, oft in Kombination mit Körperakupunktur und Kräuterbehandlung. Das Ohr spielt aber nicht eine so ausschliessliche Rolle wie bei der Auriculotherapie nach Paul Nogier.

Die Ohren können auch zur Diagnostik verwendet werden. Dabei wird auf Verfärbungen, Veränderungen im Gewebe und auf schmerzhaft Zonen geachtet.

Die Ohrpunkte können wie bei der Körperakupunktur mit einer Nadel gestochen werden. Das NADA-Protokoll verwendet diese direkte Nadeltechnik. Die Behandlung kann auch mit Samen- oder Nadelpflaster durchgeführt werden. Diese werden 3-7 Tage belassen und durch Druck immer wieder stimuliert.

Bei Fülle-Erkrankungen wie Stagnationen, Hitze oder aufsteigendem Yang können kleine Blutungen auftreten. In entzündete oder stark schmerzhaft Bereiche soll nicht gestochen werden.

### **2.3 Das Behandlungssetting**

Die Akupunktur nach dem NADA-Protokoll wird mit Bewilligung der ärztlichen Leitung einer Institution von ausgebildetem Pflegepersonal oder Therapeuten ausgeführt. Die Behandlung findet wenn möglich in einer Gruppe statt. Eine Gruppe schafft eine sichere Atmosphäre, in der die Klienten konstruktive Erfahrungen mit anderen machen können, ohne dass es um Drogen oder Alkohol geht. Im Raum herrscht eine Atmosphäre der Ruhe und Entspannung, ohne dass es Worte braucht. Vom Behandlungsteam her ist die Akupunktur eine andere Art der Kontaktaufnahme mit den Klienten, sie fordert nichts. Sie gibt auf eine neutrale und doch respektvolle Weise Nähe und Berührung. Sie schafft Vertrauen, so dass Klienten nicht durch zu viele Fragen abgeschreckt oder überfordert werden und öffnet dadurch neue und andere Zugangswege.

Das Setting ist klar strukturiert, immer an denselben Tagen und zu denselben Zeiten. Ein gemeinsamer Anfang und ein gemeinsamer Abschluss unterstützen die gewünschte Ruhe für die Teilnehmenden. Entspannende Musik fördert eine ruhige Atmosphäre. Die Teilnehmenden können sitzen oder auch auf Matten liegen, je nach Möglichkeiten der Institution. Nach der Akupunktur entfernen die Klienten ihre Nadeln sorgfältig selber und entsorgen sie in einem dafür vorgesehenen Behälter.

### **2.4 Die Punkte**

Die Behandlung nach dem NADA-Protokoll basiert nicht wie sonst in der TCM üblich auf einer ausführlichen chinesischen Anamnese und nachfolgender Diagnosestellung. Es werden standardisierte Punkte gestochen. Das NADA-Protokoll benutzt ausschliesslich Ohrpunkte. Oft werden sie mit zusätzlichen Shen beruhigenden und entspannenden Punkten kombiniert. Auch diese Zusatzpunkte sind klar standardisiert, es sind dies fünf Punkte auf

der Schädeldecke und ein Punkt auf der Stirne, immer dieselben. Bei uns in der heroingestützten Behandlung wünschen die Teilnehmenden sogar oft nur die Zusatzpunkte. Strikte gesehen entsprechen sie nicht mehr genau dem NADA-Protokoll. Es ist ein erweitertes NADA-Protokoll, welches in der Suchtbehandlung und auch allgemein bei psychiatrischen Krankheitsbildern mit guter Erfahrung und regelmässig eingesetzt wird.

Nachfolgend eine Beschreibung der Wirkung aller verwendeten Punkte, wie sie auch durch die NADA Schweiz in ihren Ausbildungen vermittelt wird.

Unter Punkt 4.2. werden die Zusammenhänge der Organ-Funktionskreise und einer Abhängigkeitserkrankung vertiefter betrachtet.

## 2.4..1 Die 5 Ohrpunkte nach dem NADA-Protokoll und ihre Wirkung

### 1. Vegetativum(P51)

Er ist ein Erdpunkt und repräsentiert die Mitte des Körpers. Der Punkt liegt verdeckt, im Dunkeln und repräsentiert dadurch auch die Yin-Funktionen. Durch seine Wirkung auf das vegetativ autonome Nervensystem hat er eine günstige Wirkung auf Darmkrämpfe, Schwitzen und tränende Augen. Zudem wirkt er schmerzlindernd, Gefäss erweiternd und entspannend.

### 2. Shen men/ Tor des Geistes(P95)

Dieser Punkt repräsentiert den Shen-Aspekt des Herzens: Klarheit und Wachheit im Geiste, Konzentration, Bewusstsein und Lebensfreude. Er reguliert und harmonisiert Yin und Yang. Er stärkt den Geist, zentriert und klärt den Kopf, mindert Nervosität und Ängstlichkeit, fördert den Schlaf und wirkt entspannend und schmerzlindernd.

### 3. Niere (P95)

Die Niere beherbergt die Quelle der Lebensenergie und steuert die körperlichen und geistigen Funktionen von Fortpflanzung, Wachstum und Entwicklung. Der Nieren-Punkt stärkt die Lebensenergie und den Willen, vermindert Angstgefühle, wirkt schmerzlindernd und antiallergisch und reguliert die sexuellen Funktionen.

### 4. Leber (P97)

Die Leber sorgt für einen gleichmässigen und ausgeglichenen Energiefluss. Der Leber-Punkt entspannt die Muskulatur und wirkt ausgleichend auf Emotionen wie Wut, Ärger, Aggression und depressive Verstimmungen.

### 5. Lunge (P101)

Die Lunge ist für die Atmung zuständig und übernimmt auch immunologische Aufgaben. Der Lungen-Punkt beschleunigt die Entgiftung, unterstützt die Bewältigung von Trauer, wirkt antidepressiv und schmerzlindernd.

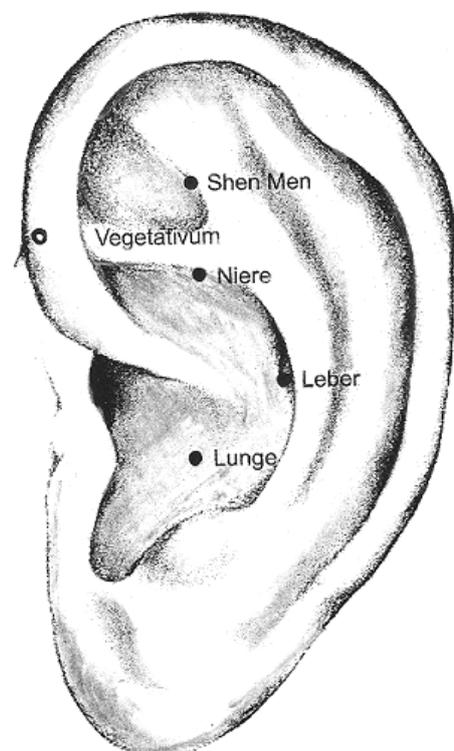


Abb.2

## **2.4..2 die Zusatzpunkte**

die Zusatzpunkte sind alles bedeutende Beruhigungspunkte.

### **1. Du20**

Er wird auf dem höchsten Punkt der Schädeldeck lokalisiert und ist der Kreuzungspunkt aller Yang Leitbahnen. Er reguliert das Yang: bei zu viel Yang im Körper wirkt er absenkend, bei zu wenig hebt er das Yang an. Du20 wird bei Erkrankungen des Geistes und des Herzens angewendet. Er unterstützt das Gedächtnis, klärt das Bewusstsein, wirkt beruhigend, beseitigt Kopfschmerzen und Schwindel und befreit die Nase.

### **2. Si shen cong oder die vier wachsamen Geister**

Si shen cong ist eine Gruppe von vier Punkten auf der Scheitelhöhe. Sie unterstützen und verstärken die Wirkung von Du20. Diese vier Punkte beruhigen den Geist, fördern den Schlaf und unterstützen Augen und Ohren.

### **3. Yintang**

Er beruhigt den Geist, wirkt gegen innere Unruhe, Schlaflosigkeit, Angst und Stirnkopfschmerzen. Er unterstützt Nase und Augen und wirkt Blutdruck senkend.

Er reguliert „das himmlische Herz“

### 3. Abhängigkeitsverständnis aus westlicher Sicht

Vom Genuss zur Abhängigkeit:

**Genuss:** Viele Suchtmittel sind auch Genussmittel. Es ist immer eine Frage der Situation, in der konsumiert wird und der Menge, die eingenommen wird. Genießen können ist auch eine Lebenskunst, die uns vor süchtigem Verhalten bewahren kann. Genuss bezeichnet den gesunden Konsum von Substanzen, ohne Druck, sie weiter konsumieren zu müssen.

**Missbrauch** ist eine Art passiver Konfliktlösung. Unangenehme Gefühle wie Frust, Zorn oder Unsicherheit werden mittels einer Substanz unterdrückt.

**Gewöhnung** bezeichnet eine regelmässige Substanzeinnahme stets in der gleichen Form. Ein Verzicht auf eine Substanz kann willentlich herbeigeführt werden.

**Abhängigkeit:** Die klinisch-diagnostischen Leitlinien der WHO nach ICD-10 definieren eine Abhängigkeit im medizinischen Sinne, wenn während des letzten Jahres mindestens drei oder mehr der folgenden Kriterien gleichzeitig vorhanden waren:

- Ein übermässiges Verlangen nach einer Substanz
- Menge, Zeitpunkt und Umstände des Konsums können nicht mehr unter Kontrolle gehalten werden
- Körperliche Entzugssymptome treten auf
- Es besteht eine erhöhte Toleranz für eine Substanz
- Andere Interessen und Aktivitäten werden zugunsten des Konsums vernachlässigt

Abhängigkeit bedeutet deshalb kein einheitliches Erscheinungsbild. Je nachdem, welche Bedingungen erfüllt sind, ist die Abhängigkeit anders charakterisiert. Allen gemeinsam und immer vorhanden ist das dringende und oft übermässige Verlangen nach dem Suchtmittel (Craving). Abhängigkeit ist eine psychische Störung, keine moralische Schwäche und kein krimineller Zustand.

#### 3.1 Abhängigkeitsentwicklung

Süchtiges Verhalten ist das Ergebnis von unterschiedlichen persönlichen und umweltbedingten Faktoren. Die individuelle Disposition macht Sucht zu einem Phänomen, das sehr schwer zu fassen ist. Das süchtige Verhalten wird von der Gesellschaft meist abgelehnt, die Abhängigen werden stigmatisiert. Dadurch entsteht oft zusätzlich zur Abhängigkeit ein enormer gesellschaftlich bedingter Leidensdruck.

Zur Entstehung einer Abhängigkeit gibt es viele Erklärungsmodelle und je nach Fachdisziplin werden Ursachen und Bedingungen einer Abhängigkeit unterschiedlich begründet.

##### 3.1.1 Biologische Konzepte

Biologische Konzepte betreffen eine genetisch bedingte Disposition, Konditionierung sowie Veränderungen im zerebralen Belohnungssystem.

Untersuchungen an eineiigen Zwillingen und Adoptivkindern legen nahe, dass eine Veranlagung zu süchtigem Verhalten vererbbar ist. Dabei wird deutlich darauf hingewiesen, dass auch bei einer genetischen Disposition zu süchtigem Verhalten die Umweltbedingungen sehr entscheidend für eine Suchtentwicklung sind.

Auf der anatomischen Ebene nimmt das limbische System des Gehirns eine zentrale Rolle für die Suchtentwicklung ein. Das limbische System ist entwicklungsgeschichtlich sehr alt. Unter dem limbischen System wird eine funktionelle Einheit verstanden, die sich aus Strukturen des Grosshirns, des Zwischenhirns und des Mittelhirns aufbaut. Zum limbischen System gehören unter anderem der Mandelkern (Amygdala), der Hippocampus und Teile des Hypothalamus. Der Hypothalamus ist nicht nur ein Teil des Gehirns, sondern auch eine hormonproduzierende Drüse. Er kann seine regulierende Funktion sowohl über die Nervenbahnen als auch über das Hormonsystem ausüben. Das limbische System bewertet alle aus der Umwelt eintreffenden Informationen und spielt eine wichtige Rolle bei der Entstehung von Gefühlen. Es gilt auch als das körpereigene Belohnungssystem. Es verbindet lebenswichtige Vorgänge wie Essen, Trinken und Sex mit einem angenehmen

Lustgefühl. Dazu schütten die Nervenzellen Neurotransmitter als Botenstoffe aus, vor allem Dopamin. Das Dopamin übernimmt wichtige Aufgaben bei der Steuerung von Belohnung und Verstärkung. Die meisten Drogen verändern die Ausschüttung und Konzentration von Dopamin und weiteren Botenstoffen im Gehirn. Diese komplexen Wirkungsmuster wurden in bildgebenden Verfahren dargestellt. Unter Suchtmittelwirkung oder Suchtverlangen zeigte sich eine deutlich erhöhte Aktivität in den Bereichen des Nucleus accumbens (Belohnung), orbito-frontaler Cortex (Motivation), Amygdala und Hippocampus (Suchtgedächtnis) und präfrontaler Cortex (kognitive Kontrolle). Offenbar entwickelt sich mit fortschreitendem Substanzkonsum ein neuronales Netzwerk im Gehirn. Dieses Netzwerk integriert emotionale und verstandesmäßige Aspekte konsumspezifischer Gedächtnisinhalte und löst bei entsprechenden Umweltreizen einen unmittelbaren und extremen Drogenhunger (Craving) aus. Diese neurochemischen Veränderungen des Gehirns begünstigen den Kontrollverlust und den Rückfall von Abhängigen. Wiederholter Konsum bewirkt also nicht nur eine Stärkung des positiven Erwartungsgefühls (Lernmodell), sondern auch eine Veränderung auf struktureller und zellulärer Ebene im Belohnungssystem. Die neuroanatomischen Einflussfaktoren des Suchtverhaltens sind extrem komplex und werden weiterhin erforscht.

### **3.1..2 Das Konzept der Gewohnheitsbildung (Lernmodell)**

Das Konzept des Lernmodells zur Suchtentwicklung könnte man sehr vereinfacht wie folgt umschreiben: ein Suchtmittel wird eingenommen, weil etwas Angenehmes folgt und etwas Unangenehmes verschwindet. Die angenehme Konsequenz, die „Belohnung“, tritt meist sehr schnell und unmittelbar ein. Es entsteht eine Konditionierung, ein Lernen am Erfolg. Da die angenehme Wirkung der Substanz oft nur sehr kurz ist, wird der Konsum bald wiederholt. Der Körper stellt sich auf die regelmässige Zufuhr der Substanz ein und es kommt zu einer Toleranzentwicklung. Toleranz bezeichnet eine Abnahme der Sensitivität für die Wirkung einer Substanz nach wiederholter Anwendung. Um die gleiche Wirkung zu erzielen muss die Dosis nun gesteigert werden. Bleibt diese Substanz aus, treten substanzspezifische Entzugssymptome auf. Die Entzugssymptome sind häufig den Wirkungen der Substanz entgegengesetzt. So führt ein Entzug von Substanzen wie Sedativa oder Alkohol eher zu einer inneren Aufgebrachtheit und Reizbarkeit, ein Entzug von Stimulantien wie zum Beispiel Kokain oder Ecstasy eher zu Müdigkeit und depressiven Stimmungen. Toleranzbildung und Entzugssyndrom sind aber noch nicht ausreichend für eine Abhängigkeitsdiagnose.

Die Abhängigkeit nimmt immer mehr Raum im Leben ein. Suchtunabhängige Inhalte, Interessen und Kontakte sind nicht mehr wichtig und haben kaum mehr Platz. Es entwickelt sich eine „Suchtpersönlichkeit“ mit eingeeengten Interessen und Vereinsamung. Eine Schädigung des Körpers durch die Substanz wird in Kauf genommen. Oft bildet sich eine passive Erwartungshaltung gegenüber dem Umfeld und den Partnern. Es konnte auch belegt werden, dass Personen, die nur schwer mit Frustrationen umgehen können und keine angemessenen Konflikt-Strategien entwickelten, ein erhöhtes Abhängigkeitsrisiko haben.

### **3.1..3 Sozialwissenschaftliche und psychologische Konzepte**

Auch häusliches Milieu, sozio-ökonomische Bedingungen, Schichtzugehörigkeit, gesellschaftliche Strukturen und fehlende Zukunftsperspektiven können eine Abhängigkeitsentwicklung begünstigen. Männer und Frauen werden aus teilweise unterschiedlichen Gründen süchtig:

wichtige Ursachen bei Frauen:

- Mehrfachbelastungen und daraus resultierende Überforderungssituationen.
- einengende und überfordernde Rollenerwartungen
- mangelnde Einflussmöglichkeiten, Ohnmachtsgefühle
- kontinuierliche Gewalterfahrungen
- Drogenkonsum des Partners, Drogenkonsum in der Herkunftsfamilie

wichtige Ursachen bei Männern

- Neugier
- beruflicher und persönlicher Erfolgsdruck
- Überforderung durch familiäre Pflichten/ Vaterschaft
- einengende und überfordernde Rollenerwartungen
- Unterdrückung von Ohnmachtsgefühlen
- Abhängigkeitsbedürfnisse

## 4. Abhängigkeit aus Sicht der chinesischen Medizin

### 4.1 Suchtverständnis nach TCM

Durch den chronischen Substanzkonsum von Alkohol, Tabak und anderen Drogen werden vor allem die Yin-Funktionen und die Yin-Strukturen der verschiedenen Organ-Systeme geschwächt. Ein anhaltender Drogenmissbrauch ist oft begleitet von einem chronisch-chaotischen Lebensstil und einem Verlust von Strukturen wie Arbeit, Familie, Wohnung und sozialen Kontakten. Eine schlechte Ernährung fördert zusätzlich noch die Schwächung der Yin-Funktionen. Betroffen sind alle Yin-Organen, vor allem aber die Niere mit ihrer ausgeprägten Yin-Struktur. Yin ist für innere Ruhe und Bodenhaftung, für Entspannung, Erholung und Regeneration zuständig. Menschen mit einem Mangel an Yin zeigen Symptome wie innere Unruhe, Ängstlichkeit, Reizbarkeit oder leichte Aggressivität in Kombination mit depressiver Verstimmung. Sie sind erschöpft und trotzdem hyperaktiv. Ihr Schlaf ist trotz Müdigkeit unruhig, nicht erholsam und sie erwachen häufig nachts. Dazu kommen Symptome wie trockener Mund, Obstipation, gerötete Wangen und eine abgemagerte Körperform.

Ein geschwächtes Yin führt zu einem sekundären Überschuss an Yang. Das Yang schießt empor, weil das Yin zu schwach ist, das Yang zu halten. Es kann sich eine Hitze bilden, die durch einen Mangel an Yin entstanden ist, ein Yin-Leere-Feuer. Beim Yin-Leere-Feuer kommen zu den oben genannten Beschwerden noch Hitze-Symptome wie leichtes Fieber oder Hitzegefühle gegen Abend oder nachts, trockener Husten oder gerötete Augen hinzu.

Viele Abhängigkeitskranke haben Erfahrungen massiver seelischer und/oder physischer Gewalt erlebt, teilweise schon in ihrer Kindheit. Angstvolle, schreckhafte Erfahrungen greifen Herz und Nieren an. Bedrohung und Angst erzeugen Aggression, Wut und Zorn, vor allem wenn sich die Person nicht wehren kann. Auf die Dauer führt dies zu einem verminderten Selbstwertgefühl, ja sogar zu Selbstverachtung. Dies schwächt wiederum die Leber oder führt zu einer Leber-Qi-Stagnation.

Werden Traumata und Schreck nicht verarbeitet, sondern verdrängt und unterdrückt, können sie nicht losgelassen werden: ein Thema der Lungen-Energie.

So finden wir häufig folgende TCM Diagnosen bei Abhängigkeitskranken:

Nieren-/ Lungen-/ Leber-Yin Leere; Yin-Leere-Feuer

Nieren-Jing Leere

Herz-Yin und -Blut Leere

Leber-Qi Stagnation; Aufsteigendes Leber Yang (mit Leber-/ Nieren-Yin-Leere)

Lungen-Qi Leere; Lungen-Qi Stagnation

- Stimulierende Substanzen wie Koffein, Kokain, Amphetamine, Ecstasy und Speed sind Yang in ihrer Natur. Sie regen den Sympatikus an, geben einen starken Energieschub, und unterstützen die Konzentration, wenn auch nur für sehr kurze Zeit. Sie lösen Wohlgefühl und Euphorie aus, heben die Stimmung, stärken das Selbstbewusstsein, vermindern Müdigkeit und Appetit. Auf der körperlichen Ebene erhöhen sie Blutdruck, Puls, Körpertemperatur und die Atemfrequenz. Sie lösen starkes Schwitzen aus, die Pupillen erweitern sich und der Mund trocknet aus.
- Sedierende Substanzen wie Alkohol, Cannabis, Opiode (Opium, Heroin, Methadon, Morphium), Benzodiazepine (Valium, Rohypnol, Temesta, Dormicum...) und Tranquillizer sind Yin in ihrer Natur. Sie lösen Ängste und Spannungszustände, dämpfen innere Unruhe, fördern die Gelassenheit und unterstützen den Schlaf. Auf der körperlichen Ebene verlangsamen sie die normale Hirnfunktion, dämpfen Wachheit, Aufmerksamkeit und die kognitiven Fähigkeiten und senken die Atem- und Herzfrequenz.

Substanzabhängige versuchen ihre eigene Befindlichkeit mit sich und der Aussenwelt wieder in Einklang, ihr Yin und Yang ins Gleichgewicht zu bringen. Weil sie infolge der Yin-Leere die innere Unruhe nicht mehr aushalten, unterstützen sie Entspannung, Gelassenheit oder Schlaf mit einer Yin-Droge. Ist die Yin-Droge zu stark, wird nun die Yang-Kraft zu schwach im Verhältnis zu Yin. Um wieder genügend Yang-Energie zu bekommen, putschen sie sich oft mit einer Yang-Substanz auf, damit sie den Alltag mit Beruf, Familie, Haushalt und Stoff beschaffen wieder meistern können.

Katherine Berry, Akupunkteurin in England, hat einige Substanzen auch den fünf Elementen zugeordnet:

Feuer/Herz:	Ecstasy
Erde/Milz:	Cannabis
Metall/Lunge:	Tabak
Wasser/Niere:	Heroin
Holz/Leber:	Alkohol

## 4.2 Organfunktionskreise und Abhängigkeitserkrankung

In der chinesischen Medizin sind Körper, Geist und Seele eine in sich geschlossene Einheit und untrennbar miteinander verbunden. Psychische Erkrankungen werden daher nicht separat betrachtet. Da Körper und Geist eine Einheit sind, lassen sich Erkrankungen des Geistes sowohl von der psychischen als auch von der körperlichen Seite her beeinflussen, zum Beispiel durch Akupunkturnadeln.

Die Begriffe Herz und Geist sind für die Chinesen dasselbe. Der Geist hat seinen Sitz im Herzen, und über Qi und Blut wird er im ganzen Körper verteilt. So werden jedem Organfunktionskreis einerseits übergeordnete Aspekte, aber auch körperliche und seelische Aspekte zugeordnet.

Nachfolgend eine vertiefte Betrachtung der Organe und Organfunktionskreise, die bei der NADA-Akupunktur stimuliert werden, mit Bezug zu Substanzabhängigkeit. Dabei fließen auch persönliche Beobachtungen der Autorin mit ein.

### 4.2.1 Der Funktionskreis Niere-Blase

Die Niere steht für die Suche nach dem Sinn des Lebens und für innere Werte. Willenskraft und Ausdauer als geistiges Potential der Nieren zeigen eine starke Nierenenergie. Angst, Bedrohung und Gewalt greifen Herz und Nieren an.

Eine gesunde Angst brauchen wir als Warnsystem. Wird die Angst zu stark, wirkt sie lähmend und blockierend. Sie führt zu einer körperlichen, geistigen und emotionalen Erstarrung. Die Angst geht an die Nieren.

Angst und Gewalterfahrungen schwächen die Nieren-Energie, insbesondere die Nieren-Essenz (Jing). Die konsumierende und oft chaotische Lebensweise Substanzabhängiger führt zu einer weiteren Schwächung der Nieren-Energie. Es ist ein Teufelskreis: Angst und Schock schwächen die Nieren, eine schwache Niere reagiert wieder mit Angst, Panik, Erstarrung und Willensschwäche.

Ist das Nieren-Qi geschwächt, kann die Angst grundlos, diffus und allumfassend erscheinen. Solche Menschen sind bei allem ängstlich und trauen sich nichts.

Ist vor allem das Yin der Nieren geschwächt, entwickelt sich gerne eine konkrete, phobische Angst. Diese Menschen ergreifen die Flucht und laufen davon.

Menschen mit geschwächter Nieren-Energie brauchen das Gefühl, auch ohne grosse Worte akzeptiert und angenommen zu werden. Deshalb bildet hier die Akupunktur als nonverbale Behandlungsform einen sehr guten Lösungsansatz. Die Nieren-Energie braucht auch Wärme: physikalische, aber auch menschliche Wärme. Durch die Akupunktur erfahren die Substanzabhängigen eine menschliche Nähe. Eine Nähe, die nichts will und nichts fordert, die einfach da ist.

Die Niere beherbergt die Quelle der Lebensenergie, die Essenz (Jing). Sie ist eine Art Energiezentrale. Die Essenz der Nieren erzeugt die Stärke und Kraft des Menschen. Zur Nieren-Essenz gehören unsere ererbten Eigenschaften, unsere Konstitution, unsere Überlebensfähigkeit und unsere Kraftreserven. Die Essenz ist für Geburt, Fortpflanzung, Wachstum und Entwicklung verantwortlich. Im Laufe der Jahre lässt die Nierenkraft langsam nach, Lebensenergie und Kondition werden schwächer. Drogenkonsum greift die Essenz der Nieren sehr direkt an. Langjährige Substanzabhängige sehen oft um Jahre älter aus, als sie wirklich sind, sie haben ihre Nierenkraft massiv geschwächt und erschöpft.

Die Nieren-Essenz ist auch das, was uns eine innere Struktur gibt. So führt ein Mangel an Nieren-Essenz zu einem inneren Strukturverlust. Substanzabhängige haben oft ihre innere und auch äussere Struktur völlig verloren. Die Beschaffung und der rechtzeitige Konsum einer Substanz um Entzugserscheinungen zu verhindern, bestimmen einen grossen Teil ihres Tagesrhythmus und auch ihrer sozialen Beziehungen. Innere Werte und Wertvorstellungen müssen zurückgestellt werden, der Sinn des Lebens ist die Beschaffung der Substanz.

Die äusseren Strukturen im Umgang mit Abhängigkeitskranken wie zum Beispiel konkrete Abmachungen und Regeln, auch Verbindlichkeiten im persönlichen Umgang durch klare Bezugspersonen können ihnen Halt und Unterstützung geben, um äussere und innere Strukturen wieder aufzubauen.

Die Nieren-Essenz ist auch unsere Kraftreserve. Deshalb ist es wichtig, eine Lebensweise zu entwickeln, die den Wiederaufbau von Kräften erlaubt: ein gesunder Ausgleich zwischen Aktivität und Entspannung. Auch Lebenssinn und Freude sind sehr wichtige Kraftquellen.

Niere und Lunge sind beide sehr wichtig für die Immunabwehr. Das Ursprungs-Qi, welches seinen Sitz zwischen den Nieren hat, unterstützt die Bildung des Abwehr-Qi. Die Lunge lässt das Abwehr-Qi im Körper zirkulieren. Bei einem Mangel an Nieren- und Lungen-Energie ist die Abwehr geschwächt. Es kommt zu häufigen Erkrankungen und zu Immunschwäche.

Herz und Nieren bilden die Himmel-Erde-Achse. Ist diese Verbindung zwischen Herz und Nieren, Feuer und Wasser, Geist (Shen) und Körper (Essenz) stark, so führt dies zu einer inneren Stabilität, der das Auf und Ab des Lebens nichts anhaben kann. Diese Verbindung kann durch Ereignisse im Leben wie Angst, Schock, Gewalterfahrungen oder durch chronische körperliche und seelische Überforderung gestört oder sogar unterbrochen werden, die innere Stabilität geht verloren.

Die Niere unterstützt das Herz dabei, den Geist zu beherbergen.

Die Niere beherrscht die Knochen, die Zähne sind Teil der Knochen. Der Konsum von harten Drogen greift extrem schnell die Zähne an. Die meisten Heroinabhängigen leiden unter sehr schlechter Zahnschubstanz und tragen oft bereits in jungen Jahren schon eine Zahnprothese.

Weitere Körperliche Symptome bei einer Schwäche der Nierenenergie:

lumbale Rückenschmerzen, vermindertes Hörvermögen, Inkontinenz, Harnverhalt, Oedeme, chronisch kalte Füsse, allgemeines Kältegefühl, Haarverlust.

#### **4.2..2 Der Funktionskreis Herz-Dünndarm**

Im achten Kapitel des Su Wen heisst es: „Das Herz amtiert als oberster Herrscher und Monarch. Von ihm geht die geistige Ausstrahlung aus“. (Larre&Rochat de la Vallée 1992b, S.33)

Das Herz ist der Sitz des Geistes. Essenz und Qi bilden die materielle Basis für den Geist.

Das Herz ist für alle geistigen Fähigkeiten verantwortlich. Die Energie des Herzens steht für Klarheit und Wachheit im Geiste, für Bewusstsein und Konzentration, für Liebe und Achtsamkeit sich selber und den Menschen gegenüber, für Freude und Begeisterung. Hier geht es auch um Fragen der Sinnggebung, um Spiritualität und Religion und um Liebe und Liebesfähigkeit. Mit sich selber in Frieden leben können, authentisch und präsent sein.

Fehlt einem der innere Frieden, eine Sinnggebung, die Liebe, die Liebesfähigkeit oder die Spiritualität im Leben, kann sich ein kompensatorisches Verhalten entwickeln: man fängt an

zu konsumieren, empfindet ein unstillbares Verlangen, wird hektisch, nervös und ständig von Fragen getrieben: „Was gibt mir Sinn im Leben?“ „Was macht mir Freude im Leben?“

Die Freude ist die Kraft des Herzens, sie lässt das Herz gesund und kräftig funktionieren. Fehlt die Freude im Leben, so ist der Mensch anfällig für psychische und physische Krankheiten.

Heroin zum Beispiel kann ein kurzes, aber sehr heftiges Gefühl einer übermässigen Freude, einer Ekstase auslösen. Eine solche Ekstase aber schädigt das Herz in seinen Funktionen und erschöpft Herz-Yin und Herz-Blut.

Ein Herz-Yin-Mangel führt zu einer übersteigerten, hektischen Freude. Diese Menschen wirken überdreht, lachen und kichern grundlos oder reden ununterbrochen. Trotz Müdigkeit empfinden sie eine starke innere Unruhe und Rastlosigkeit, häufig gegen Abend. Sie leiden unter chronischen Schlafstörungen, Konzentrationsmangel und Vergesslichkeit. Zusätzlich zu den unter Kapitel 4.1. besprochenen allgemeinen Yin-Leere Symptomen können sie unter gelegentlichem Herzklopfen in Ruhe oder nachts leiden und einen dumpfen Druck auf der Brust empfinden. Sind Yin und Blut des Herzens geschwächt, kann die Stimmung leicht ins depressive umschlagen, diese Menschen fühlen sich müde und erschöpft.

Nachts ruht der Geist im Herzen und sorgt für einen tiefen, ruhigen Schlaf. Der Schlaf ist eine Funktion des Herz-Blutes. Das Blut ist die Wurzel des Geistes. Das Herz braucht ausreichend Blut, um seine Funktionen erfüllen zu können. Schlafstörungen entstehen, wenn der Geist-Shen kein zu Hause hat. Viele unserer Klienten klagen über chronische Schlafstörungen. Dies ist für sie oft auch ein Hauptgrund, um an den NADA-Akupunktursitzungen teilzunehmen.

Das Herz kontrolliert das Schwitzen. Bei einem Herz-Qi Mangel kann es zu massiven Schweissausbrüchen kommen. Dies erleben viele Heroinabhängige. Der Schweiß rinnt ihnen in Strömen am Körper herunter, was im Alltag sehr störend ist. Die Schweissausbrüche verstärken sich oft noch, wenn die Wirkung des Heroins nach 6-8 Stunden nachlässt.

Das Herz kontrolliert auch die Sprache. Ist die Energie des Herzens angegriffen, kann es zu verwaschener, unklarer Sprache kommen, oder die Menschen werden extrem wortreich. Sie können nicht mehr aufhören zu reden. In der Heroinabgabestelle beobachten wir oft, dass einige der Klienten in ihrem Redefluss kaum mehr zu stoppen sind.

In Bezug auf die Emotionen arbeiten Herz und Leber Hand in Hand: Das Herz ist für die emotionale Vitalität verantwortlich, die Leber für den freien Fluss der Emotionen und der Gefühle.

#### **4.2.3 Der Funktionskreis Leber-Gallenblase**

Die Leber ist das Organ vom Temperament und den Emotionen. Sie regelt das gesunde Ausmass der Gefühle. Eine gute Leberfunktion sorgt für ausgeglichene Emotionen und für einen gleichmässigen und ruhigen Fluss von Qi und Blut im ganzen Körper. Regelmässige körperliche Bewegung ist deshalb so wichtig, weil sie den gleichmässigen und freien Fluss von Qi und von den Emotionen unterstützt. (Motio = Bewegung)

Die Leber steht auch für Selbstbewusstsein und Direktheit, für Kreativität und Flexibilität.

Die Gallenblase beherrscht die Entschlossenheit und die Fähigkeit Entscheidungen zu treffen. Störungen im Funktionskreis Leber-Gallenblase führen zu Unentschlossenheit und Ängstlichkeit bei Entscheidungen.

Der Funktionskreis Leber-Gallenblase hat viel mit der Persönlichkeitsentwicklung, mit dem Heranwachsen und der Pubertät zu tun. Menschen mit Problemen diesem Funktionskreis können Schwierigkeiten mit ihrem eigenen Selbstverständnis haben. Sie leiden an mangelndem Selbstwertgefühl, fühlen sich selber wertlos und nicht lebenswert oder sie werden egozentrisch. Gestörte Konfliktbewältigung, Beziehungsprobleme oder neurotische Krankheitsbilder sind hier Themen.

Hun, der Shen Aspekt der Leber und Po, der Shen Aspekt der Lunge, gehören eng zusammen, sie sind wie gegensätzliche Pole. Po ist unauflöslich mit dem Körper verbunden, Hun ist mehr ätherisch, wie eine Wolke. Hun überlebt den Tod des Körpers eine Weile, bis es wieder ins Universum zurückkehrt.

Die Leber hilft uns, unser Leben zu planen und ihm eine Richtung zu geben. Ist die Leber und das Leber-Blut gesund, so ist Hun fest verankert und wir können unser Leben mit Weitsicht planen und gestalten. Ist die Leber geschwächt und fehlt Hun die Verankerung, führt dies zu einer Ziellosigkeit und Orientierungslosigkeit im Leben.

Hun ist auch für Kontakt und Kommunikation zuständig, für Bewegung nach Aussen und für Abgrenzung. Das geistige Potential der Leber hilft uns, den eigenen Raum zu bestimmen und eigene Interessen wahrzunehmen. Leberenergie ist Beziehungsenergie. Gewalterfahrungen oder auch einengende und überfordernde Rollenerwartungen durch Familie, Kinder oder Beruf sind Grenzüberschreitungen. Die eigenen Grenzen werden nicht respektiert. Die Leber-Energie staut sich. Symptome wie unterdrückte und aufgestaute Wut, Zorn, Aggressionen, aber auch Depression und eine Orientierungslosigkeit im Leben können sich manifestieren.

Die Leber ist anfällig auf Wind. Innerer Wind verursacht Zittern, Zuckungen und epileptische Anfälle. Ist die Leberenergie gestaut, kann sich innerer Wind entwickeln, es kann zum Beispiel zu starkem Zittern als Entzugssymptom oder zu Entzugs-Epilepsien kommen.

#### **4.2..4 Der Funktionskreis Lunge-Dickdarm**

Die Lunge steht für Gerechtigkeit und für das Handeln nach ethischen Gesichtspunkten. Sie steht auch für Disziplin, Standhaftigkeit, Genauigkeit und Korrektheit. Ist die Lungen-Energie blockiert, kann sich aus dieser Genauigkeit und Präzision schnell eine Zwanghaftigkeit entwickeln. In der Heroinabgabestelle beobachten wir häufig ein recht zwanghaftes, rigides oder ritualhaftes Verhalten unserer Klienten: die einzelnen Verrichtungen werden immer nach dem genau gleichen Schema ausgeführt, es werden immer genau vier Tupfer genommen und präzise auf dem Tisch aufgereiht, beim Hinausgehen werden ganz bestimmte Dinge berührt, immer dieselben. Werden Regeln und Zeiten verändert oder wechselt das Personal, führt dies oft zu einer starken Verunsicherung der Klienten. Sie reagieren mit Unverständnis, Ärger und teilweise mit Vorwürfen auf diese Veränderungen. Sie schätzen es sehr, sich an klaren Abläufen orientieren zu können.

Die Lunge nimmt auch Kontakt zwischen innen und aussen auf: Die Atemluft strömt von aussen in unseren Körper hinein. Die Haut, dem Funktionskreis Lunge zugeordnet, grenzt unseren Körper gegen aussen ab, sie schützt ihn.

Die Lunge muss entscheiden, was gut ist für uns und was nicht – was sie aufnehmen und was sie draussen halten will. Sie ist zuständig, wie durchlässig die Grenzen zwischen innen und aussen sind. Abhängigkeitskranke wirken oft sehr dünnhäutig, ihre „Haut“ ist zu durchlässig. Ihr Lungen-Qi ist geschwächt, Einflüsse von aussen können sie überfluten und überwältigen. Drogen können helfen, diese Einflüsse von aussen zu dämpfen, sie geben den Schutz, den die Lungen-Energie zu wenig übernimmt. Hier ist es wichtig, die Lunge zu stärken.

Die Körperseele Po, das geistige Potential der Lunge, steht für körperliche Empfindungen, für Körperbewusstsein, seinen Körper und sich selber spüren können. Sie steht auch für das Schmerzempfinden. Einige Heroinabhängige brauchen den Einstich der Nadel, eine orale Einnahme der Substanz genügt ihnen nicht. Der Einstich der Nadel bei der Heroin-Injektion kann ihnen die Möglichkeit geben die eigene Körperlichkeit zu spüren. Die Akupunktur, aber auch der Körperkontakt und die Berührung bei der Akupunktur sind hier ein wichtiger therapeutischer Zugang. Sie können ihnen helfen sich selber, ihren Körper, ihre Haut und dadurch ihre Körperseele Po zu spüren. Auch Atemarbeit und Qi Gong können hier sehr unterstützend wirken.

Loslassen können ist ein weiteres Thema im Funktionskreis Lunge-Dickdarm: Ausatmen und Stuhlen. Loslassen heisst auch Abschied nehmen von Personen und Lebensphasen wie Kindheit, Schule, Elternhaus, Partnerschaften; Abschied nehmen auch von Schuld und Schuldgefühlen. Es ist wichtig, Schuld loslassen zu können. Werden Trauer, Kummer und Schuld nicht verarbeitet, sondern verdrängt und unterdrückt, können sie nicht losgelassen werden, dies schädigt die Lungenenergie.

Lang anhaltende Trauer und Kummer schnüren die Lungen-Energie ein oder schwächen sie, die Atmung wird schnell und oberflächlich, die Stimme leise und schwach. Menschen mit einem Mangel an Lungen-Qi leben mit einem Grundgefühl der Trauer und Hoffnungslosigkeit. Sie fühlen sich depressiv, weinen oft und schnell. Sie können Trost oder Zuwendung nicht annehmen, oder nehmen den tröstenden Menschen vollkommen in Beschlag. Sie saugen alles auf, was ihnen helfen könnte. Ihre Grenzen sind in sich zusammengebrochen, aussen und innen ist nicht mehr klar unterscheidbar, es kann zu einem gewissen Realitätsverlust kommen. Sie können nichts mehr festhalten, aber auch nichts loslassen. Sie erleben ein Gefühl des permanenten Mangels und ein diffuses Gefühl des Getrenntseins von sich selbst – ein grosses Gefühl der Leere. Sie sind ständig auf der Suche um diese Leere auszufüllen. Die Sucht ist eine Möglichkeit, diese Leere zu füllen.

Die Lungen-Energie lässt das Abwehr-Qi zwischen Haut und Muskeln zirkulieren und die Niere unterstützt die Bildung des Abwehr-Qi. Deshalb ist bei einem Mangel an Lungen-Energie oft auch die Abwehr geschwächt. Das Abwehr-Qi schützt die inneren Organe und den ganzen Körper gegenüber äusseren Einflüssen, es kontrolliert die Poren und den Schweiss und es kräftigt die Haut und das subcutane Gewebe. Die meisten Heroinabhängigen, die bei uns im Programm sind, rauchen recht viel. Oft 1-3 Päckli pro Tag, oder am liebsten noch die selbstgedrehten, filterlosen Zigaretten, da diese billiger sind. Dadurch schwächen sie die Lunge, und damit auch das Abwehr-Qi noch zusätzlich. Hinzu kommt, dass doch einige von Ihnen HIV positiv sind und täglich Medikamente einnehmen müssen. Ihre Immunabwehr ist also schon geschwächt. Deshalb ist es umso wichtiger, die Lunge sehr gut zu stärken und Motivationsarbeit einzubauen, den Tabakkonsum zu reduzieren.

Bei den regelmässigen Gesprächen, die wir als Bezugspersonen mit den Klienten führen, thematisieren wir nicht nur den Beikonsum illegaler Drogen, sondern auch den Konsum legaler Drogen wie Tabak und Alkohol.

Allgemeine körperliche Symptome bei einer Schwäche der Lunge sind erschwertes Atmen, Atemnot in Ruhe oder bei Anstrengung, Asthma, Husten, allgemein müde und kraftlos, eine schwache Stimme und eine geschwächte Abwehr.

## 5. Heroin – von der Droge zum Medikament

### 5.1 Heroin: Herkunft und Wirkung

Heroin ist ein Opiat. Opiate werden aus dem Saft des Schlafmohns gewonnen und der Hauptinhaltsstoff ist Morphin. Heroin ist ein stark wirksames Schmerzmittel für Körper und Psyche. Direkt nach dem Konsum tritt ein kurzes Glücksgefühl auf, „Flash“ genannt. Heroin beeinflusst die Stimmungslage, steigert Euphorie, Lust und Rausch, vermindert Angst und Unlust. Das Selbstvertrauen nimmt zu, Ängstlichkeit und Anspannung verschwinden. Heroin hat nur wenige körperliche Folgen und schädigt die Organe nicht, verursacht aber massive Entzugerscheinungen: Zittern, Schweissausbrüche, Niessen, Nasenrinnen, tränende Augen, Glieder- und Muskelschmerzen, Bauchkrämpfe, Übelkeit, Erbrechen, Schlaflosigkeit und eine extreme innere Unruhe. Die Qualität des auf dem illegalen Markt gehandelten Heroins ist mangelhaft. Weil es meist mit gefährlichen Substanzen gestreckt ist, wird eine Dosierung sehr schwierig und die Nebenwirkungen durch die beigemischten Stoffe sind nicht kalkulierbar. Die Folgen des Heroinkonsums zeigen sich in psychischen Störungen und auf der gesellschaftlich-sozialen Ebene. Beschaffungskriminalität und -prostitution, Dealerei und soziale Verwahrlosung sind in erster Linie Folgen der Illegalität der Droge. (Binz Hans, „Manual für Substitutionsbehandlungen illegaler Drogen“; S.19)

### 5.2 Kurzer Einblick in die Geschichte des Heroins

#### 5.2.1 Opium in China

An dieser Stelle ist es interessant, einen kurzen Blick auf die Bedeutung und die Geschichte von Opium in China zu werfen.

In China ist Opium bis heute ein mächtiges Symbol für die Demütigung, welche das Land im 19. Jahrhundert durch den Westen erfuhr, und schliesslich zum Zusammenbruch des Kaiserreichs führte.

Von Südostasien her hat sich das Opiumrauchen im 17. und 18. Jahrhundert durch Seeleute zuerst in den chinesischen Küstenprovinzen, danach in ganz China ausgebreitet. Die Briten, welche an einem Handelsabkommen und an diplomatischen Beziehungen mit China sehr interessiert waren, führten immer mehr Opium von Indien nach China ein, sozusagen als Zahlungs- und Bestechungsmittel für Beamte. Zwar war Opium in China schon damals verboten, aber die Korruption unter den Beamten grassierte massiv. Anfangs vor allem von einer Elite genossen, entwickelte sich Opium langsam von etwas Extravaganterem zu einer Droge für das breite Volk. Es entstanden die Opiumhöhlen, immer mehr Menschen verfielen der Sucht, allen voran die bestechliche Beamtenschaft. China forderte nun von ausländischen Händlern, sich offiziell vom Drogenhandel zurückzuziehen und vernichtete riesige Mengen an beschlagnahmtem Opium. Darauf reagierten die Briten mit Waffen und 1842 kam es zum ersten Opiumkrieg mit einer erschütternden Niederlage für das chinesische Kaiserreich. Nach der Niederlage im zweiten Opiumkrieg 1860 gab China den Widerstand gegen die Droge auf, sie wurde legalisiert und nun auch in China selber angebaut. Sie hofften, das fremde Opium dadurch zu verdrängen, was aber nicht gelang. Die Zahl der Opiumrauchenden stieg weiter an, wodurch das Kaiserreich empfindlich geschwächt wurde. Die Revolution brach aus, der Kaiser musste abdanken und 1912 wird die Republik ausgerufen.

Im Westen setzte eine breite Anti-Opium-Bewegung ein, die britische Regierung verurteilte den Opiumhandel als unmoralisch und Mao verfolgte eine massive Anti-Opium-Politik. Die Droge Opium verschwand fast völlig. Aber die Erinnerung an das Unglück, welches sie über China brachte, wird so schnell nicht vergessen sein.

#### 5.2.2 Opium und Heroin in Europa und der Schweiz

Wegen der schmerzstillenden und beruhigenden Wirkung versuchten Pharmazeuten und Chemiker Mitte des 19. Jahrhunderts, Opium synthetisch herzustellen. 1873 gelang die Synthetisierung von Diacetylmorphin, welches 1896 von der Firma Bayer als Heroin

patentiert wurde. Es wurde als geniales Heilmittel bei Schmerzen, Husten, Bluthochdruck, Lungen- und Herzerkrankungen hochgelobt. Schon bald aber wurde klar, dass Heroin sehr schnell zu einer massiven Abhängigkeit führt. Im 20. Jahrhundert kommen nun Drogen, die über Jahrhunderte als Heilmittel galten, als Rauschgift und Suchtstoffe in Verruf. 1924 beschliesst die Bundesverfassung der Schweiz das erste Betäubungsmittelgesetz. Dem Gesetz unterstellt sind unter anderem Opium und deren Alkaloide. Auf dieser rechtlichen Grundlage wird Heroin in der Schweiz verboten. Die Firma Bayer stellt Heroin noch bis 1931 her. In Deutschland wurde das Heroin noch bis 1958 verkauft und erst 1971 verboten.

Während der 68er Bewegung, eine Auflehnung gegen die vorherrschenden gesellschaftlichen Strukturen und ein Protest gegen die Kriege in Korea, Vietnam und Algerien, entwickelte sich in linken und autonomen Kreisen eine Verherrlichung von Drogen und deren Konsum. In der Schweiz flackerte diese Bewegung in den 80er Jahren erneut auf. Der Drogenkonsum in den Städten Zürich, Basel und Genf nahm massiv zu, es entstanden die offenen Drogenszenen mit den bekanntesten Szenen Platzspitz und Letten in Zürich. Die Behörden reagierten repressiv und mit grosser Härte, sogar die Abgabe von sauberen Spritzen wurde vorübergehend verboten. Das Aufkommen der HIV- und Hepatitis-Epidemie und das riesige Elend unter den Abhängigen gaben den Ausschlag für ein Umdenken der Behörden. Die Schweiz setzte bis dahin fast ausschliesslich auf Repression und Abstinenz. Neue Handlungsgrundlage der Strategie bildet nun die „vier-Säulen-Politik“ mit den gleichberechtigten Säulen Prävention, Therapie, Schadensminderung und Repression. Nachdem die offenen Drogenszenen Platzspitz und Letten geschlossen wurden, entstanden Mitte der 90er Jahre die ersten heroingestützten Behandlungen in der Schweiz.

### **5.3 Die heroingestützte Behandlung (HeGeBe)**

Die heroingestützten Behandlungen wurden in der Schweiz 1994 als Projekt gestartet, und später provisorisch ins Gesetz aufgenommen. Im November 2008 wurde die ärztliche Verschreibung von Heroin an Schwerstabhängige als Therapiemöglichkeit vom Stimmvolk angenommen und seit dem 1. Juli 2011 ist sie gesetzlich verankert. Die ärztliche Heroinschreibung gilt als Teil der medizinischen Grundversorgung und wird von der Grundversicherung der Krankenkassen übernommen.

Im Sommer 2000 wurde das Ambulatorium für heroingestützte Behandlung in Chur eröffnet. Es ist in die psychiatrischen Dienste Graubünden integriert.

#### **5.3.1 Ziele der heroingestützten Behandlung**

Das wichtigste Ziel ist sicher, die Situation der Heroinabhängigen zu stabilisieren. Durch die Abgabe von Heroin müssen sie sich den Stoff nicht mehr illegal beschaffen. Deliktisches Verhalten, Beschaffungs-Prostitution, Verschuldung und Verwahrlosung können deutlich vermindert werden. Da die Beschaffung des Stoffes nicht mehr ihre Hauptbeschäftigung ist, haben sie auch die Möglichkeit, sich wieder um Wohnsituation, Tagesstruktur, Arbeit und um soziale Kontakte zu kümmern.

Durch die ärztliche Verschreibung von Heroin sollen Drogenabhängige in die Gesundheitsvorsorge miteinbezogen werden. Ziel ist auch, das Verantwortungsbewusstsein betreffend HIV- und Hepatitis-Infektionsrisiko zu erhöhen.

Bei stabilen und motivierten Abhängigen wird ein Aufbau der Drogenabstinenz unterstützt.

#### **5.3.2 Indikation**

Die heroingestützte Behandlung richtet sich an Schwerstabhängige, die mit anderen Behandlungsmethoden wie Entzug, stationäre Therapie oder Methadonabgabe nicht erreicht werden konnten. Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) stellt klare Aufnahmebedingungen und jeder Klient benötigt eine spezielle Bewilligung vom BAG für die Teilnahme an der heroingestützten Behandlung.

### 5.3.3 Die Behandlung im Ambulatorium für heroingestützten Behandlung in Chur

Ein interdisziplinäres Team, bestehend aus einer Oberärztin, der Betriebsleitung, Pflegepersonen und Administration betreut die Klienten. Neben der ärztlichen Verschreibung von Heroin und der gesundheitlichen Betreuung wird sehr grossen Wert auf die soziale und psychosoziale Begleitung gelegt. Themen wie Wohnsituation, Finanzen, Tagesstruktur und Arbeit werden regelmässig gezielt mit den Klienten besprochen. Eine intensiv vernetzte Zusammenarbeit mit anderen Stellen wie Soziale Dienste, Anlaufstelle für Beschäftigungsprogramme, Notschlafstelle und begleitetes Wohnen, Justiz und Vormundschaftsbehörden oder auch mit Angehörigen sind Voraussetzungen für eine umfassende Begleitung der Klienten. Im Ambulatorium bestehen niederschwellige Angebote für eine Tagesstruktur wie zum Beispiel Kreativnachmittage, Aktivitäten mit Bewegung und Sport, Kochen und Backen, und das Angebot der NADA-Akupunktur. Gerade für Klienten, die einen wenig geregelten Tagesablauf haben oder keiner Arbeit nachgehen können sind diese Angebote sehr wichtig. Sie geben ihrem Tagesablauf etwas Struktur, unterstützen ihre selbständige Wohnfähigkeit durch das gemeinsame Kochen und Backen und fördern die soziale Integration. Einige Klienten nehmen auch einfach aus Freude an der gemeinsamen Aktivität daran teil und tun sich damit etwas Gutes für ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit.

## 5.4 NADA-Akupunktur in der heroingestützten Behandlung in Chur

In der heroingestützten Behandlung in Chur wurde die Akupunktur nach dem NADA-Protokoll 2007 auf Initiative der Pflege eingeführt. Sie findet an drei Nachmittagen pro Woche und immer zu denselben Zeiten statt. Klienten, die unter der Woche arbeiten und keine Gelegenheit haben, an dem Angebot teilzunehmen, haben die Möglichkeit am Samstag zur Akupunktur zu kommen. Anfangs stiess die Akupunktur noch auf zögerliches Interesse, auch konnte sie mangels ausgebildetem Personal nicht immer dreimal pro Woche durchgeführt werden. Mittlerweile hat sich das Angebot bei den Klienten etabliert, es wird regelmässig und gut besucht und sie schätzen es sehr.

Jeder Klient kann an der NADA-Akupunktur teilnehmen. Sie müssen dafür extra früher ins Ambulatorium kommen. Die Teilnahme ist freiwillig und kann jederzeit durch den Klienten abgebrochen werden. Die Klienten werden darauf hingewiesen, dass eine regelmässige Teilnahme über ein paar Wochen den Effekt erhöht. Es werden die fünf Ohrpunkte gemäss dem NADA-Protokoll und die standardisierten Zusatzpunkte genadelt, die Klienten können selber entscheiden, welche Punkte sie genadelt haben möchten. Während der Behandlung wird auf eine ruhige und entspannte Atmosphäre im Raum Wert gelegt, eigene Musik mit Kopfhörer, Computerspiele oder Handys sind nicht erwünscht. Die Teilnehmenden sitzen oder liegen alle in einem Raum. Einige lesen, andere lösen Rätsel, die einen lassen ihre Gedanken schweifen und wieder andere schlafen bald ein. Leise Musik unterstützt die Entspannung. Während der Akupunktur ist immer eine Pflegeperson im Raum, welche bei Unwohlsein, Schmerzen oder allgemeiner Unruhe im Raum unterstützend eingreifen kann. Nach ca. 40 Minuten zieht sich jeder Teilnehmende die Nadeln selber und entsorgt sie fachgerecht. Die Abgabe des Heroins erfolgt gleich anschliessend, das heisst, sie erhalten das Heroin etwa 45 Minuten vor der offiziellen Abgabezeit.

Die folgenden Interviews und die Klientenumfragen verdeutlichen eindrücklich ihre Motivation und ihre Einstellung zum Angebot der NADA-Akupunktur.

### 5.4.1 Offene Interviews mit Klienten

**Herr T.** ist 38 Jahre alt und besucht das Heroinprogramm mit kurzen Unterbrüchen schon seit Jahren. Seit gut zwei Jahren hat er kaum Beikonsum von Benzodiazepinen, Alkohol, Kokain und Cannabis. Zigaretten raucht er ca 1.5 Päckli pro Tag.

Seit es das Angebot der NADA-Akupunktur in der Heroinabgabestelle gibt nimmt er sehr regelmässig dreimal pro Woche daran teil. Anfangs hat er Ohr- und Zusatzpunkte nadeln lassen. Die Nadeln im Ohr und auf Yintang stören ihn aber in seiner Entspannungsposition. Ausserdem würden die Ohrpunkte oft bluten nach der Akupunktur, was ihm sehr unangenehm ist. Und da er vor allem unter chronischen Schlafproblemen litt, lässt er sich

jetzt regelmässig Du20 und Si shen cong nadeln. Mit dieser Akupunkturkombination sei sein Schlaf nun super. Er könne schnell einschlafen, schlafe meist ruhig durch und fühle sich am Morgen erholt.

Die Akupunktur gebe ihm auch die Möglichkeit, Ruhe für sich selber zu finden, aufzutanken und herunterfahren zu können. Seine Wohnung sei tagsüber oft etwas laut, da sich ein Geschäft im selben Gebäude befindet. So ist das Akupunkturangebot auch eine Zeit, die er dreimal in der Woche ganz bewusst für sich selber nimmt. Deshalb ist ihm auch eine ruhige, leise und entspannte Atmosphäre im Raum sehr wichtig. Beiläufige, auch leise geführte Gespräche der Mitpatienten oder Zeitungsrascheln stören ihn darum sehr. Eine ruhige Musik im Raum empfindet er als sehr angenehm. Beim Gespräch bringt er auch einige neue Musikvorschläge ein, die wir gerne berücksichtigen werden. Ausserdem äussert er noch den Vorschlag, eine Duftkerze in den Raum zu stellen.

Er schätzt auch den kleinen Rahmen in der Akupunktur-Gruppe und die entspannte Abgabe nach der Akupunktur, da diese Gruppe wesentlich kleiner ist, als wenn er zu den allgemeinen Abgabezeiten kommen muss. Er fühle sich geborgener und wohler in dieser kleinen Gruppe.

An dritter Stelle komme ganz klar, dass er das Heroin früher erhalte.

**Herr D.**, 57Jahre alt, nimmt mit kurzen Unterbrüchen seit Beginn des Heroinabgabe-Programms im Jahre 2000 daran teil. Gelegentlich konsumiert er Cannabis, aber viel weniger als früher. Sonst habe er keinen Beikonsum. Er raucht ca 1-1,5 Päckli Zigaretten pro Tag, trinkt kaum Alkohol.

Am Akupunkturangebot nach NADA nimmt er seit 2007 regelmässig dreimal pro Woche teil. Im Gespräch meint er, grundsätzlich sei es natürlich schwierig zu beurteilen, was genau helfe, da Akupunktur, Medikamente und Heroin kombiniert werden.

Er lässt sich immer alle Punkte stechen: Ohrpunkte und Zusatzpunkte, nach dem Motto: wenn schon, denn das ganze Programm. Er schätzt es, diese Zeit für sich nehmen zu können, und er schätzt auch die Gruppe sehr, solange sie nicht zu gross ist. Auch wenn er viel Arbeit und fast tägliche Theaterproben hat, nimmt er wenn immer möglich am Akupunkturangebot teil. Es ist für ihn eine Gelegenheit, sich etwas Gutes zu tun. Es gibt ihm ein Gefühl von innerer Ruhe und Entspannung, er fühle sich ausgeglichener, selbstsicherer und habe mehr Energie. Auch das Schwitzen sei etwas verringert durch die Akupunktur.

Als sehr positiv bewertet er, dass seine Leberbeschwerden verschwunden sind seit er regelmässig an der Akupunktur teilnimmt. Das Ziehen und Stechen in der rechten Flanke sei weg.

Dass er früher zur Abgabe kommen kann, motiviert ihn schon auch für die Teilnahme am Akupunkturangebot, aber es sei auf keinen Fall der Hauptgrund. Eher noch als die frühere Abgabe schätze er den kleinen und familiären Rahmen bei der Abgabe nach der Akupunktur: weniger Leute und dadurch entspannter, weniger hektisch und weniger stressig.

**Hr.F.**, 59 Jahre alt, nimmt mit einem längeren Unterbruch seit mehreren Jahren am Programm der heroingestützten Behandlung in Chur teil. Am Angebot der NADA-Akupunktur im Ambulatorium schätzt er, dass es ihm eine zusätzliche Tagesstruktur gibt. Er kommt aus seiner Wohnung heraus und unter die Leute. Er beschreibt es wie eine innere Verpflichtung, das Angebot wahrzunehmen, etwas zu machen und aktiv zu bleiben. Während der Akupunktursitzung löst er meistens Rätsel, dabei könne er sehr gut abschalten. Er lässt sich immer Du20 und Si shen cong plus Yintang stechen, und mit einer sanften Aufforderung auch die Ohrpunkte, da er auch unter verschiedenen somatischen Problemen leidet. Er empfindet die Akupunktur-Sitzung als allgemein erholsam für den Körper und kurzfristig wirke sie auch sehr entspannend und beruhigend. Die Musik dazu passt für ihn und unterstütze die ruhige Atmosphäre. Die frühere Abgabe des Heroins gibt er als nicht so wichtig an.

### 5.4..2 Klientenumfrage in der heroingestützten Behandlung in Chur

Befragung mittels Fragebogen mit offenen Fragen (siehe *Anhang 1*)

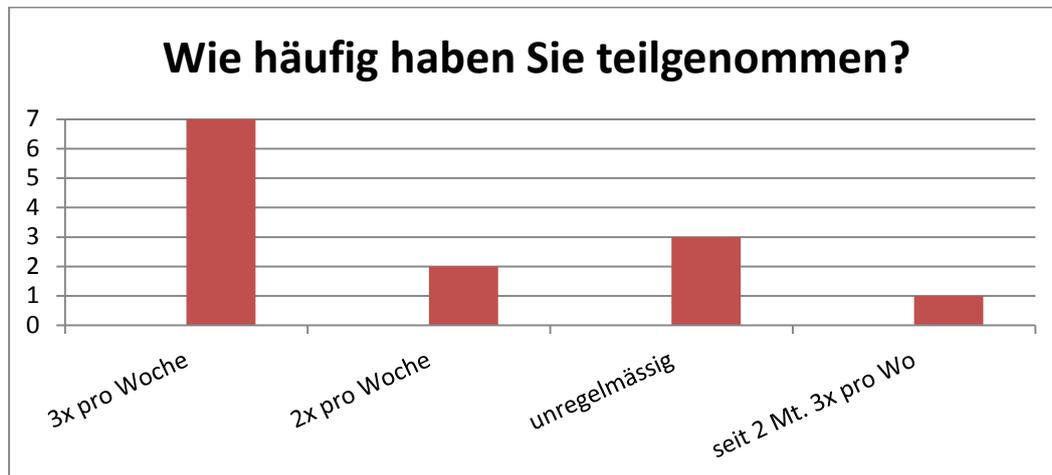
Seit Beginn der Ohrakupunktur nach dem NADA-Protokoll im 2007 führt die HeGeBe Chur fast jährlich eine Klientenumfrage durch.

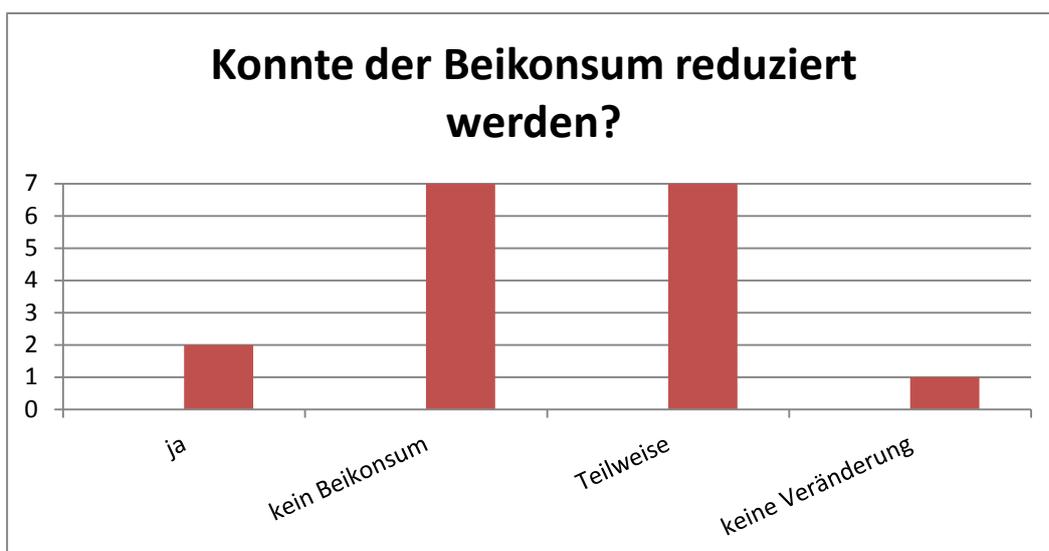
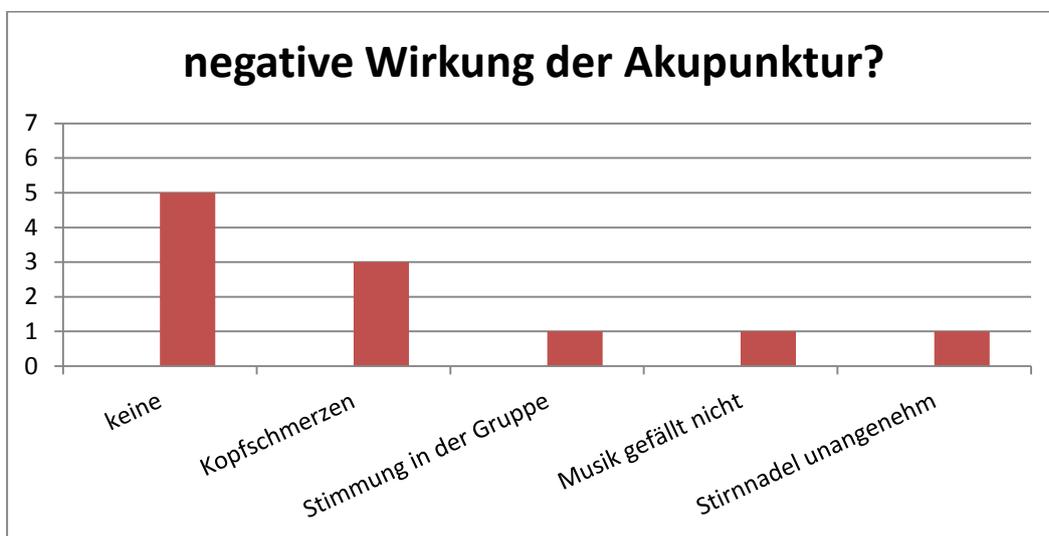
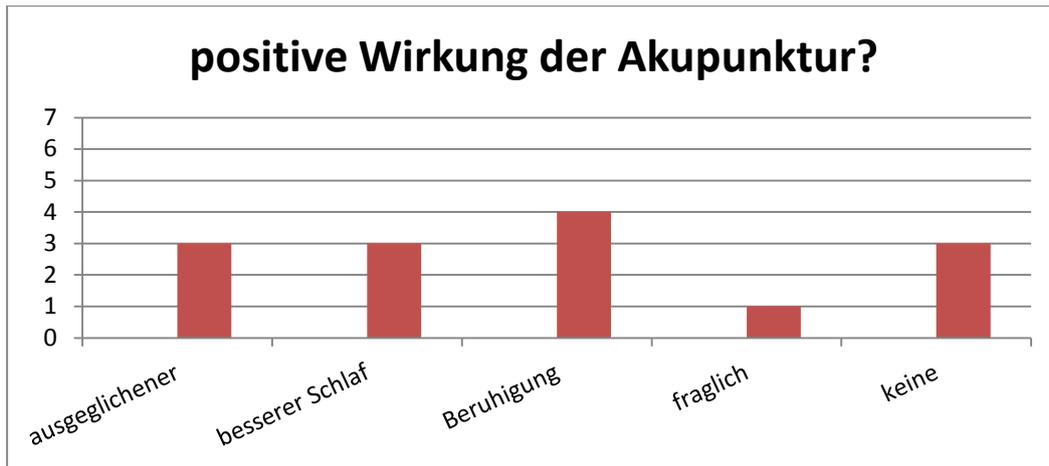
Gesamt-Anzahl Klienten der HeGeBe Chur: 32 (34)

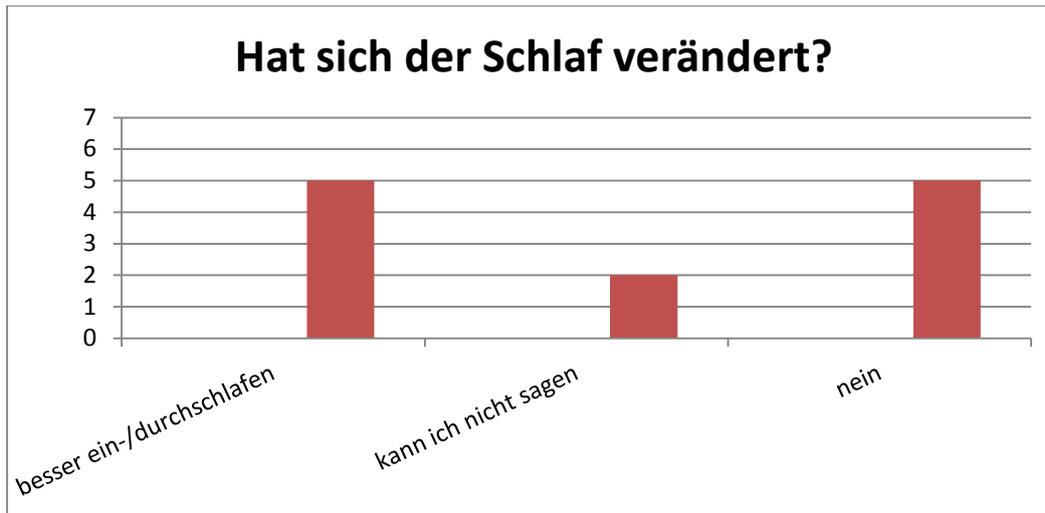
Im Jahr 2011 wurden 13 Personen befragt, 11 Männer und 2 Frauen. Alle nahmen an mehr als 20 Sitzungen teil. 12 Fragebogen konnten ausgewertet werden, teilweise blieben Fragen unbeantwortet, teilweise wurden Fragen mehrfach beantwortet. Die Auswertungen beruhen auf Selbstangaben.

(Jahre 2007, 2008 und 2010 siehe *Anhang 2*)

Abb.3: Klientenumfrage in der HeGeBe Chur 2011







### Bewertung der Umfrage in der HeGeBe Chur

Ins Auge sticht, dass 7 Personen regelmässig dreimal pro Woche an der NADA-Akupunktur teilnehmen. Offensichtlich schätzen sie die Konstanz und auch die Häufigkeit des Angebotes, was in den persönlichen Kommentaren auf den Fragebögen noch deutlicher zum Ausdruck kommt. Ruhe finden, Entspannung, Energie tanken, besserer Schlaf, die angenehme Atmosphäre in der Gruppe und die frühere Injektion werden als Hauptmotivation für die Teilnahme an der NADA-Akupunktur genannt. Ist die Gruppe zu gross, entwickelt sich manchmal eine störende Unruhe im Raum – dies wurde in Kommentaren zum Teil auch bemängelt. Als Unterstützung für einen ruhigen und entspannten Ablauf befindet sich nun auch immer konsequent eine Pflegeperson im Akupunkturraum.

Verbesserung von Entzugssymptomen wie Drogenhunger (Craving), Gliederschmerzen oder Verdauungsbeschwerden werden weniger benannt, auch die Reduktion des Beikonsums wird recht unterschiedlich bewertet. Zwei Personen erwähnen, dass sich das starke Schwitzen verbessert hat und eine Person schreibt, dass die Flanken-Schmerzen in der Leberregion verschwunden sind, seit er regelmässig am Angebot der NADA teilnimmt.

Gelegentlich treten Kopfschmerzen auf während der Akupunktur, vor allem bei der Nadelung von Yintang – der „Stirnnadel“. Ansonsten werden kaum negative Symptome genannt.

Im Jahr 2011 konnte die NADA-Akupunktur an 143 Tagen angeboten werden, im Durchschnitt nahmen 7.2 Personen daran teil, an manchen Tagen sogar 10-13 Personen! (Vgl. *Anhang 3: Akupunktur Teilnahme*) Bei einer Anzahl von 32 (34) Klienten insgesamt und einer Personengruppe, bei welcher Haltequote, Therapiebereitschaft und Konstanz eher schlecht sind, sprechen diese Zahlen eine deutliche Sprache:

das Angebot der NADA-Akupunktur soll im bestehenden Rahmen weitergeführt werden.

#### 5.4.1 Umfrage in den HeGeBe Zentren der Schweiz

In der Schweiz wird die heroingestützte Behandlung in 21 Zentren und in 2 Gefängnissen angeboten. 22 Umfragebögen (siehe *Anhang 4*) wurden per mail an alle Zentren verschickt, 12 Umfragebögen wurden beantwortet und konnten ausgewertet werden. Mich interessierte vor allem auch, wie viele HeGeBe-Zentren NADA anbieten, wie das Angebot genutzt wird und wie die Rückmeldungen der Klienten zur NADA-Akupunktur ausfallen.

Es wurden einerseits strukturelle Fragen gestellt:

- besteht das Angebot der Akupunktur nach dem NADA-Protokoll, und wenn: seit wann
- wie viele Klienten betreuen die Zentren insgesamt
- wie viele Klienten nehmen im Durchschnitt an der NADA-Akupunktur teil
- beziehen die Klienten ihre Opiate direkt nach der NADA-Akupunktur
- gibt es Vergünstigungen im Sinne einer Belohnung für die Teilnehmenden
- welche Punkte werden vorwiegend genadelt: Ohrpunkte? Zusatzpunkte? Oder beide?

Andererseits wurden folgende Punkte erfragt:

- Entwicklung von körperlichen Beschwerden wie Bauchkrämpfe, Magenbeschwerden, Schwitzen, Zittern
- Entwicklung der Befindlichkeit wie innere Unruhe, Anspannung, Energiepegel, Schlafqualität und das Gefühl in der Gruppe
- Reduktion vom Beikonsum

**Bewertung der Umfrage in den HeGeBe Zentren der Schweiz**

Von den 12 ausgewerteten Umfragebogen bieten vier Zentren Akupunktur nach dem NADA-Protokoll an und ein Zentrum plant die Einführung dieses Angebotes im Sommer 2012. Fünf Zentren bieten die NADA-Akupunktur nicht mehr an, da die medizinische Leitung diese Behandlungsform wegen mangelnder Wissenschaftlichkeit nicht unterstützt! Zwei Zentren haben NADA nie angeboten.

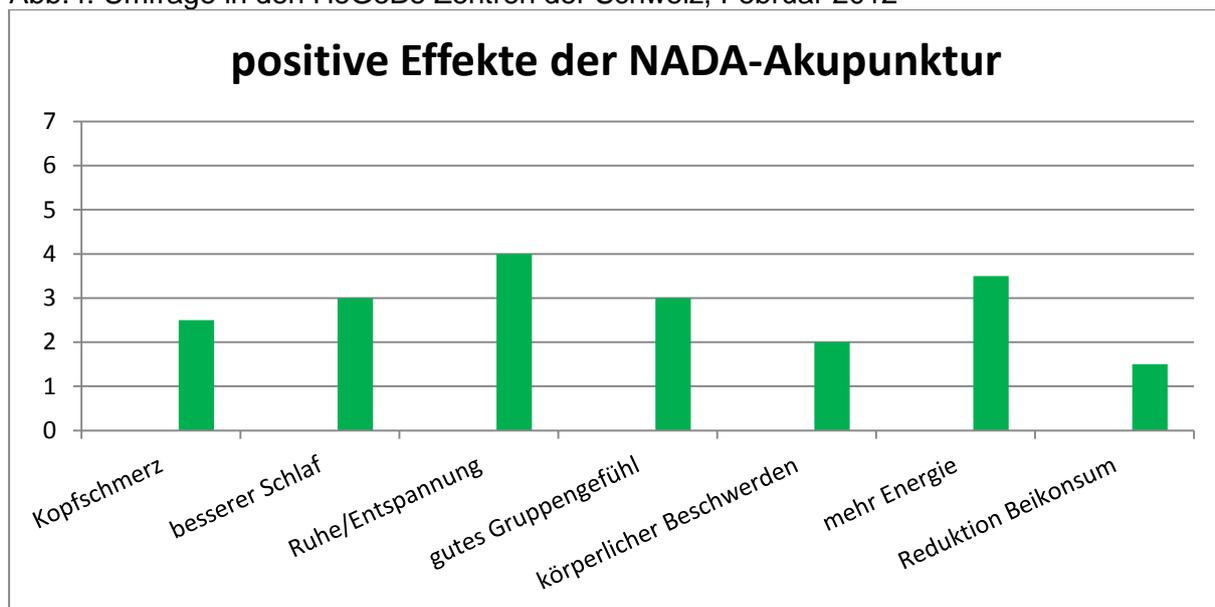
Die Zentren, welche NADA anbieten, betreuen zwischen 34 und 150 Klienten. Die Häufigkeit des Angebots variiert in den verschiedenen Zentren von 1mal pro Woche bis 5mal pro Woche. Im Durschnitt nehmen – auch in Zentren mit bis zu 150 Klienten – zwei bis fünf Klienten an einer Akupunktursitzung teil. Meistens werden Ohr- und Zusatzpunkte gestochen, in einem Zentrum vor allem Ohrpunkte und Yintang. Die Klienten können nach der Akupunktur direkt ihre Opiate beziehen, erhalten aber keine zusätzlichen Vergünstigungen.

Eine allgemeine Verbesserung von körperlichen Symptomen wie Magenschmerzen, Bauchkrämpfe, Schwitzen, Zittern, Gliederschmerzen oder auch Kopfschmerzen wird von den Teilnehmenden gelegentlich erfahren. Deutlicher fällt das Resultat bei den Fragen nach Schlaf, Entspannung und Verminderung der inneren Unruhe aus: viele Klienten können durch die Teilnahme an der NADA-Akupunktur Ruhe und Entspannung finden und ihre Schlafqualität ist besser. Auch Energielosigkeit und Müdigkeit können gelegentlich bis oft verbessert werden. Das angenehme und gute Gefühl in der Gruppe wird oft als positive Motivation erwähnt. Die Antworten zur Reduktion des Beikonsums fallen sehr unterschiedlich aus: von nie bis zu oft.

Das Angebot der NADA-Akupunktur wird allgemein geschätzt, auch wenn die durchschnittliche Teilnehmerzahl mit zwei bis fünf Klienten pro Sitzung eher niedrig ist.

Nachfolgend eine Übersicht der positiven Effekte, welche in den ausgewerteten Umfragebögen genannt wurden.

Abb.4: Umfrage in den HeGeBe Zentren der Schweiz, Februar 2012



## 6. Wirksamkeit der NADA-Akupunktur

### Studien zur Wirksamkeit der NADA-Akupunktur

In den letzten 20 Jahren wurden verschiedene Studien zu Wirksamkeit und Nutzen der NADA-Akupunktur in der Behandlung von Substanzabhängigkeit durchgeführt. Viele Studien scheinen zu erhärten, dass NADA-Akupunktur Entzugssymptome wirksam lindern kann, das Veränderungspotential der Teilnehmenden und somit auch die Haltequote und die Compliance erhöht und die Abbruchrate verringert (zusammenfassend als Adhärenz beschrieben). Andere Studien hingegen fördern keine signifikante Verbesserung der Entzugssymptome und der Adhärenz unter NADA-Akupunktur bei Substanzabhängigkeit zu Tage.

Birgit Fegert hat in ihrer Bachelorarbeit „NADA-Akupunktur in der Behandlung von Substanzabhängigkeit, 2010“ verschiedene Studien zu diesem Thema durchleuchtet. Sie beschreibt vor allem auch spezifische methodische Schwierigkeiten bei der Durchführung von wissenschaftlich kontrollierten Studien in der Akupunkturbehandlung. Eine Verblindung des Akupunkteurs zum Beispiel ist unmöglich. Er weiss, wem er die richtigen Punkte und wem er die „Placebo-Punkte“ gestochen hat. Dies ist nicht unerheblich, da bei der Akupunktur die Intention des Akupunkteurs eine grosse Rolle spielt: er leitet das Qi mit den Nadeln ganz bewusst. Birgit Fegert bemängelt auch eine starke Heterogenität der Studien hinsichtlich Studiendesign, Klientenpopulation und gestochener Punkte. Sie kommt zum Schluss, dass anhand der vorliegenden empirischen Literatur keine eindeutige Aussage zur Wirksamkeit der NADA-Akupunktur in der Behandlung von Substanzabhängigkeit zu machen ist. Die Forscher kommen übereinstimmend zum Ergebnis, dass die Effektivität von Ohrakupunktur in der Suchtbehandlung anhand der Studien weder nachgewiesen noch widerlegt werden kann. Es ist kaum möglich, den Wert der Akupunkturbehandlung wissenschaftlich genau herauszufiltern wenn sie mit anderen Behandlungskomponenten in der Abhängigkeitsbehandlung kombiniert wird.

Klinische Untersuchungen können nicht die einzige Spielregel darstellen um alternative Therapiemethoden zu beurteilen. Die beobachtende Methode kann sehr wohl auch zu neuen medizinischen Kenntnissen führen.

Viele Erfahrungsberichte beschreiben eine eindeutige Verbesserung von Entzugssymptomen unter NADA-Akupunkturbehandlung. Sie verweisen auch auf die allgemein stabilisierende und ausgleichende Wirkung der Behandlung und auf den positiven Einfluss auf die Therapiemotivation und die Adhärenz: die Klienten zeigen sich deutlich offener für therapeutische Gespräche und Interventionen, brechen die Behandlung weniger oft ab als die Nicht-Akupunktierten und fühlen sich ausgeglichener und ruhiger. Die NADA-Akupunktur ermöglicht mit denselben Punkten sowohl eine Behandlung der körperlichen Beschwerden wie Entzugssymptome, als auch eine Verbesserung des psychischen Wohlbefindens.

## 7. Persönliche Schlussfolgerungen

Die meisten Studien und Berichte betrachten das NADA-Protokoll ausschliesslich in Bezug auf abstinenzorientierte Therapien. Sie bewerten Entzugssymptome, Substanz-Beikonsum und Haltequote. Ich habe kaum Berichte zu Nutzen und Wirkung in der Substitutionstherapie gefunden. Deshalb empfand ich es als umso spannender, genau diesen Gesichtspunkt näher zu beleuchten. Rainer Baudis, der Herausgeber des Buches „Punkte der Wandlung – Suchtakupunktur nach dem NADA-Protokoll“, steht der Substitutionsbehandlung mit Heroin sehr kritisch gegenüber. Dies ist sicher auch mit ein Grund, dass in seinem Buch „Punkte der Wandlung“ keine Studien über NADA in der heroingestützten Behandlung zu finden sind. In Deutschland konnten sich die heroingestützten Behandlungen auch nicht so flächendeckend durchsetzen wie in der Schweiz.

Für mich sehr überraschend und auch ziemlich ernüchternd waren die Rückmeldungen auf meine Umfrage in den 22 anderen Zentren für heroingestützte Behandlung in der Schweiz. Fünf Zentren bieten keine NADA-Akupunktur mehr an, weil diese von den ärztlichen Leitungen als zu wenig wissenschaftlich angesehen wird. NADA Schweiz bietet in einem speziellen Training eine Ausbildung in der akupunkturbegleiteten Abhängigkeitsbehandlung an für alle, die professionell in der Suchthilfe tätig sind. Da die NADA-Akupunktur meist von Pflegepersonen und Suchttherapeuten durchgeführt wird, bedarf es einer Bewilligung der ärztlichen Leitung einer Institution. Somit ist es stark abhängig von der Einstellung der ärztlichen Leitung, ob NADA in einer Institution überhaupt angeboten werden kann. Ich bin sehr froh, dass wir in der HeGeBe Chur eine so klare und positive Haltung von unserer Leitung zu diesem Angebot haben. Ich möchte gerne mit meiner Arbeit all jene unterstützen, die NADA-Akupunktur in ihrer Institution gerne einführen oder weiterführen möchten und noch Überzeugungsarbeit leisten müssen...

Mit meiner Arbeit wollte ich unter anderem herausfinden, ob die NADA-Akupunktur in den heroingestützten Behandlung der Schweiz mehr als nur ein Trend, eine vorübergehende Mode-Erscheinung ist. Wie ich mit Erstaunen entdecken musste: NADA-Akupunktur in den heroingestützten Behandlungen der Schweiz war wohl in einigen Zentren tatsächlich nicht mehr als ein Trend, sie konnte sich nicht flächendeckend durchsetzen.

Seit 2007 bieten wir die NADA-Akupunktur in der heroingestützten Behandlung in Chur an. Die konstante und hohe Teilnehmerzahl, die Rückmeldungen der Teilnehmenden in den jährlichen Umfragen und in den persönlichen Interviews bestätigen mir, dass die NADA-Akupunktur ein sehr wichtiger Bestandteil unseres Behandlungsangebotes ist – in der HeGeBe Chur ist die NADA-Akupunktur wirklich mehr als ein Trend! Sie hat sich etabliert und zu einem festen Bestandteil unseres Behandlungsangebotes entwickelt.

Wichtig ist, die NADA-Akupunktur regelmässig, immer zu denselben Tagen und Zeiten anzubieten. Dies gibt Tagesrhythmus und Tagesstruktur, die Klienten können sich darauf einstellen. Deshalb ist es auch besonders wichtig, dass genügend ausgebildetes Personal in den Zentren vorhanden ist. Vier Tage Ausbildung und ein Tag Supervision zu 600.-Fr, das ist wenig für den Nutzen, den die Klienten und das Team daraus ziehen können! Die Frequenz von drei Mal pro Woche hat sich bei uns bewährt. Mehr können wir als kleines Zentrum auch vom Personal her kaum anbieten, weniger wäre ein Verlust der positiven Wirkungen, welche die Klienten erfahren können.

Entscheidend ist auch, wie das Behandlungsteam zu der NADA-Akupunktur steht. Ist das Team überzeugt von der Wichtigkeit dieser Behandlung, erhält NADA-Akupunktur auch einen bedeutenden Stellenwert in der ganzen Abhängigkeitsbehandlung und gegenüber den Klienten.

Wir betreuen viele Klienten, die von verschiedenen Substanzen abhängig sind und unter zusätzlichen psychiatrischen Erkrankungen leiden. Dies sind oft „schwierige“ Klienten, sehr ambivalent, vorwurfsvoll, Schuld zuweisend, verletzend - aber auch selber von ihrem Umfeld verletzt worden, abweisend gegenüber allem und jedem und doch wieder liebevoll, herzlich

und einfach menschlich. Gerade im Umgang mit solchen Menschen ist eine klare, strukturierte und teilweise auch pingelige Arbeitsweise unabdingbar – aber dies soll nicht ausschliesslich sein.

Das Angebot der NADA-Akupunktur ist freiwillig, jeder Klient kann selber entscheiden, wie oft er teilnehmen möchte und welche Punkte er nadeln lassen will. Gerade in einer heroingestützten Behandlung mit vielen strengen Regeln, Vorschriften und Vorgaben empfinden auch wir als Personal es sehr wichtig, mit der NADA-Akupunktur etwas anbieten zu können, das nicht auf die Substanz fokussiert ist. Die Teilnehmenden können mit der Akupunktur etwas für sich, für ihre Seele und ihren Körper tun, ganz ohne „Stoff“. Die Akupunktur als nonverbale Behandlungsform gibt uns auch die Möglichkeit zu einem neuen, anderen Zugang zu den Klienten. Sie gibt Nähe – und ist doch neutral, sie schafft Berührung – und hält respektvolle Distanz.

Innere Ruhe und Entspannung erleben, Verbesserung der Schlafqualität, die angenehme und positive Atmosphäre in der Gruppe sind die Hauptgründe für viele Teilnehmenden bei uns. Sie schätzen das entspannte und wohlwollende Gefühl in der Gruppe. Das Zusammensein in der Gruppe hat auch einen wichtigen sozialen Aspekt, einige Klienten beschreiben sie wie eine kleine Familie.

Auch wenn Heroinabhängige bei einer Teilnahme an der heroingestützten Behandlung nicht mehr dem Stoff nachrennen müssen, bleibt eine unbewusste Angst, plötzlich nichts mehr zu erhalten oft bestehen. Dies verstärkt die innere Unruhe und die unangenehme Angetriebenheit vieler Substanzabhängigen noch zusätzlich. Die Ohrpunkte dienen vor allem der Stärkung der Yin-Funktionen, sie fördern Entspannung, Ruhe, Erholung und Regeneration. Die Zusatzpunkte Du20, Si shen cong und Yintang sind bedeutende Beruhigungspunkte und senken überschüssendes Yang ab. Sie unterstützen einen klaren, wachen Geist am Tag und die Erholung in der Nacht, den Schlaf. Viele Teilnehmende an der NADA-Akupunktur äussern, dass dies für sie eine Zeit ist um herunterfahren zu können, zur Ruhe zu kommen und um aufzutanken. Etwas, das ihnen sonst oft nicht gelingt.

Auch wenn der wissenschaftliche Nachweis nicht deutlich zugunsten der NADA-Akupunktur ausfällt, die Praxis zeigt, dass diejenigen Zentren für heroingestützte Behandlung, die NADA regelmässig anbieten, deutlich positive Rückmeldungen ihrer Klienten erhalten. Die Teilnehmenden äussern eine Verbesserung des Wohlbefindens, sie finden Ruhe und Entspannung ohne Heroin – was bei Heroinabhängigen sehr wichtig ist und einen hohen Stellenwert haben sollte für die Betreuenden. Ich möchte alle HeGeBe Zentren ermutigen, das NADA-Protokoll auch in der Substitutionstherapie mit Heroin ins Behandlungsangebot aufzunehmen oder zu erhalten. Vielleicht kann die NADA-Akupunktur in der heroingestützten Behandlung doch noch mehr werden als ein Trend?

Ich bin überzeugt, dass eine heroingestützte Behandlung vor allem dann Sinn macht, wenn sie in einen umfassenden psychosozialen Rahmen eingebunden ist. Ein Angebot, das wir einfach, direkt und unmittelbar einsetzen können, ist die Ohrakupunktur nach dem NADA-Protokoll. Sie gibt Substanzabhängigen die Möglichkeit, ihren Körper, ihren Geist und ihre Seele zu regenerieren. Wie es einer unserer Teilnehmenden so treffend ausgedrückt hat:

„Ich will mir damit etwas Gutes tun“

## 8. Quellenverzeichnis

### 8.1 Literaturangaben

Baudis Rainer: Punkte der Wandlung – Suchtakupunktur nach dem NADA Protokoll, - Verlag für Psychologie, Sozialarbeit und Sucht, 1.Auflage 1999

Binz Hans, Uchtenhagen Ambros, Berthel Toni, Stohler Rudolf, Francois van der Linde: Manual für Substitutionsbehandlungen illegaler Drogen, Gesundheitsamt Kanton Solothurn, 2006

Deadman Peter, Mazin Al-Khafaji, Baker Kevin: Grosses Handbuch der Akupunktur, - Verlag für ganzheitliche Medizin Dr.Erich Wühr GmbH, Kötzing, 2002

Fegert Birgit, NADA-Akupunktur in der Behandlung von Substanzabhängigkeit, Bachelorarbeit 2010 (auf der Internetseite der NADA Schweiz, Stand 1.10.2011)

Grob Peter J.: Zürcher „Needle-Park“, ein Stück Drogengeschichte und –politik 1968 – 2008, - Verlag Chronos, 2009

Luthart Ralf: Ohrakupunktur, Tao-Chi Schul-Skript, Version 1/2009

Platsch Klaus Dieter: Psychosomatik in der chinesischen Medizin, - Verlag Urban&Fischer München, 2.Auflage 2005

Schmid Otto, Thomas Müller: Heroin – von der Droge zum Medikament, eine Chronik zur heroingestützten Behandlung in Basel von 1994 – 2008, Pabst Science Publishers, D-Lengerich, 2008

Skojen James: Muster-Differenzierungen in der Traditionellen Chinesischen Medizin, Band 1, Luzern 2006

Skojen James: die Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin, Luzern 2007

Skript der psychiatrischen Dienste Graubünden: Grundzüge der Suchtentwicklung und der Suchtbehandlung (Stand 2011)

Uchtenhagen Ambros, Zieglgänsberger Walter: Suchtmedizin: Konzepte, Strategien und therapeutisches Management, - Verlag Urban&Fischer, München 2000

### 8.2 Internet Seiten

[www.nada-acupuncture.ch](http://www.nada-acupuncture.ch) (Stand 1.10.2011)

[www.nada-akupunktur.de](http://www.nada-akupunktur.de) (Stand 12.2.2012)

[www.ak-ohrakupunktur.de](http://www.ak-ohrakupunktur.de) (Stand 1.10.2011)

[www.tagesspiegel.de/Geschichte/Politik/](http://www.tagesspiegel.de/Geschichte/Politik/) Artikel von Björn Rosen, 15.5.2011: „Opium fürs Volk“

[www.suchthilfe-magazin.de/Sucht/Ursachen](http://www.suchthilfe-magazin.de/Sucht/Ursachen) der Sucht/ Ätiologien der Sucht, 2008; (Stand 10.1.2012)

### **8.3 Bilder und Graphiken**

Abb.1: „NADA-Ohr“ in Holz gebrannt von einem Klienten der HeGeBe Chur.  
Eigene Quelle

Abb.2: Überarbeitete Abbildung aus den Weiterbildungsunterlagen der NADA Schweiz

Abb.3 und Abb.4: Eigene Quellen

## **9. Anhänge**

Anhang 1: Umfragebogen NADA-Akupunktur HeGeBe Chur

Anhang 2: Auswertungen der Jahre 2007, 2008 und 2010 der Klientenumfrage NADA-Akupunktur der HeGeBe Chur

Anhang 3: Teilnehmerzahl an der NADA-Akupunktur der HeGeBe Chur der Jahre 2007 bis 2011

Anhang 4: Umfragebogen NADA-Akupunktur in den HeGeBe Zentren der Schweiz, 2012

## 10. Lebenslauf der Autorin

Autorin: Elisabeth Meinherz

Jahrgang: 1966

Berufsabschluss: dipl. Pflegefachfrau HF, April 1989

Angestrebter Schulabschluss an der Schule für chinesische Medizin TAO CHI Zürich:  
Naturärztin für chinesische Medizin; August 2008 bis März 2012

# NADA – Patientenumfrage Ohrakupunktur

Alter:  Ohrakupunktur   
 Geschlecht:  Schlafkranz  beides

Was ist Ihre Motivation für die Teilnahme an der Akupunktur ?

Wie häufig haben Sie an der Akupunktur teilgenommen ?

Haben Sie positive Wirkungen der Akupunktur verspürt?  
Wenn ja: in welcher Form?

Haben Sie negative Wirkungen der Akupunktur verspürt?  
Wenn ja: in welcher Form?

Hat sich Ihr Schlaf durch die Akupunktur verändert?

**Wenn ja, wie?**

Konnten Sie ihren Beikonsum (falls vorhanden) reduzieren ?

Kein Beikonsum:

Sonstiges: (Musik/ Raum/ Atmosphäre/Häufigkeit des Angebotes/...)

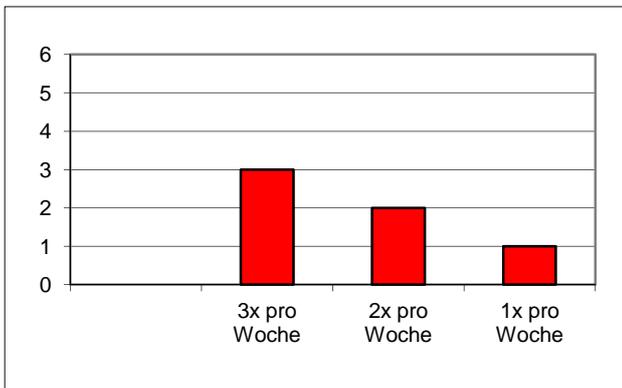
# Akupunkturauswertung 2007

Altersdurchschnitt 38,5 Jahre

6 Fragebogen wurden ausgewertet, 1 Frau und 5 Männer wurden befragt.

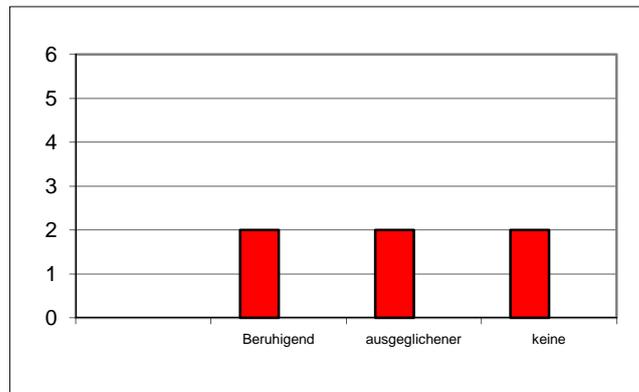
## 1. Wie Häufig haben Sie teilgenommen?

3x pro Woche	3
2x pro Woche	2
1x pro Woche	1



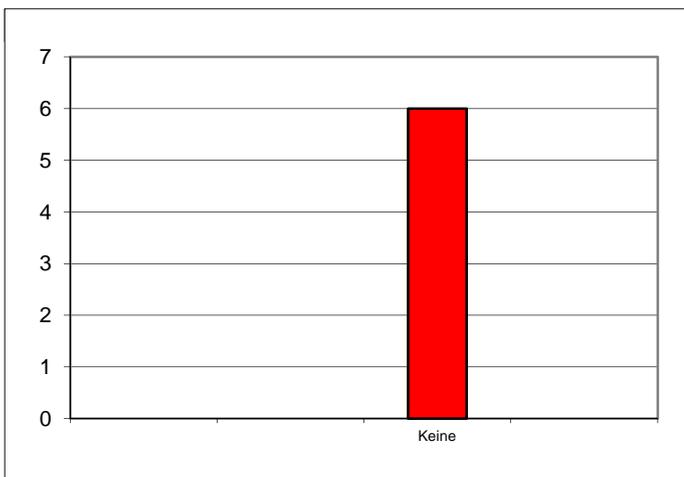
## 2. Positive Wirkung der Akupunktur?

Beruhigend	2
ausgeglicher	2
keine	2



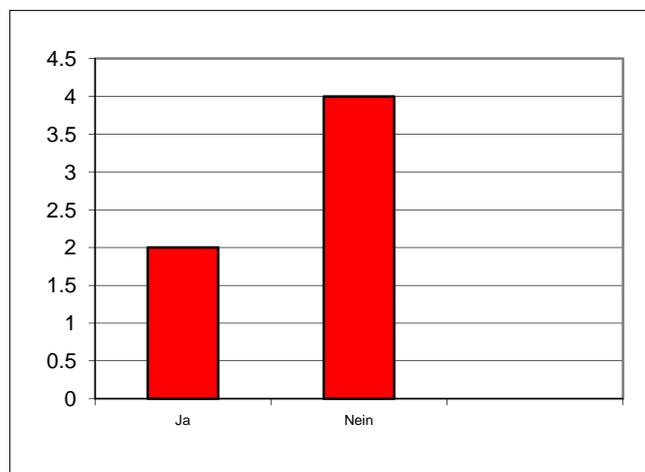
## 3. Negative Wirkung der Akupunktur?

Keine	6
-------	---



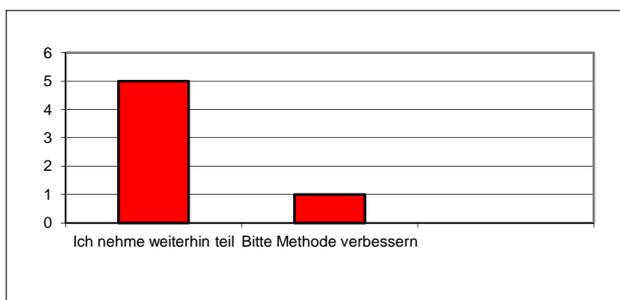
## 4. Konnte Beikonsum reduziert werden?

Ja	2
Nein	4



## 5. Bemerkungen?

Ich nehme weiterhin teil	5
Bitte Methode verbessern	1



# Akupunkturauswertung 2008

HeGeBe Chur

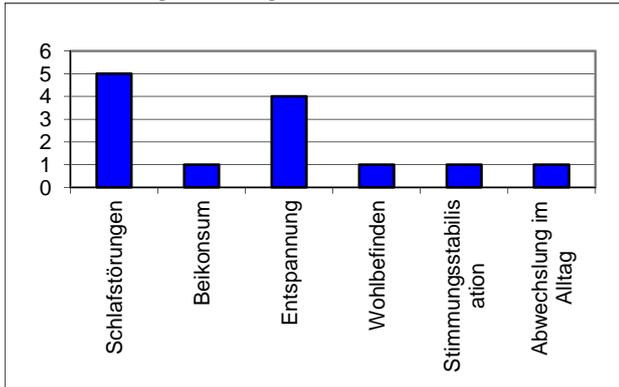
Altersdurchschnitt 38,5Jahre

2 Frauen und 11 Männer wurden befragt

13 Fragebogen wurden ausgewertet -teilweise blieben Fragen unbeantwortet, teilweise wurden Fragen mehrfach beantwortet.

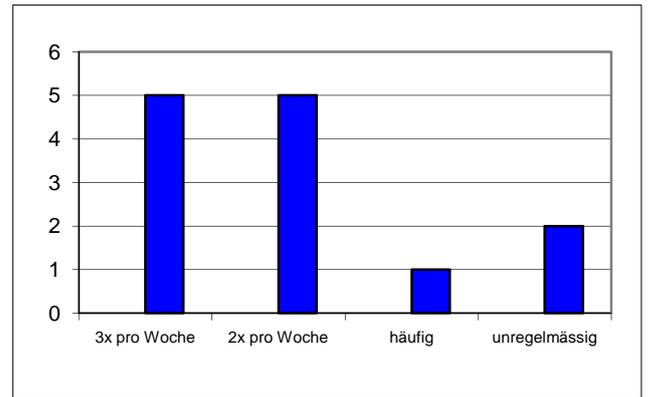
## 1. Was ist die Motivation für Akupunktur?

Ruhe in der Gemeinschaft	2
Schlafstörungen	5
Beikonsum	1
Entspannung	4
Wohlbefinden	1
Stimmungsstabilisation	1
Abwechslung im Alltag	1



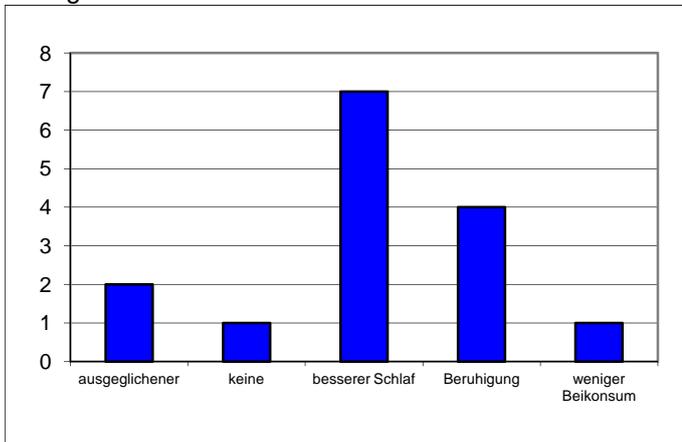
## 2. Wie häufig haben Sie teilgenommen?

3x pro Woche	5
2x pro Woche	5
häufig	1
unregelmässig	2



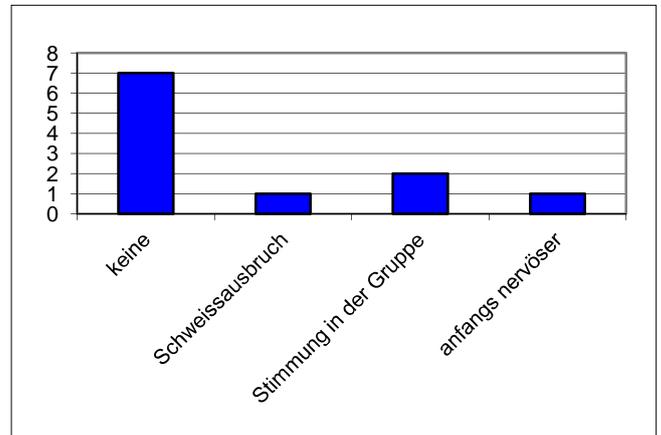
## 3. Positive Wirkung der Akupunktur?

ausgeglichener	2
keine	1
besserer Schlaf	7
Beruhigung	4
weniger Beikonsum	1



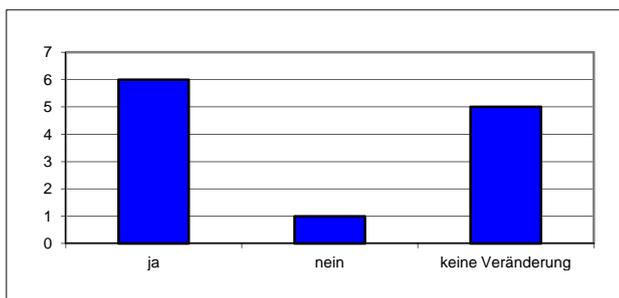
## 4. Negative Wirkung der Akupunktur?

keine	7
Schweissausbruch	1
Stimmung in der Gruppe	2
anfangs nervöser	1



## 5. Konnte Beikonsum reduziert werden?

ja	6
nein	1
keine Veränderung	5



## Kommentare

- "Ich finde das Angebot sehr positiv"
- "Gut für den Fluss"
- "Bitte in dieser Form weiterführen"
- "tut mir gut, kann mich gehen lassen, entspannen"
- "Man sollte die Akupunktur fortführen"

**Akupunkturauswertung 2010**

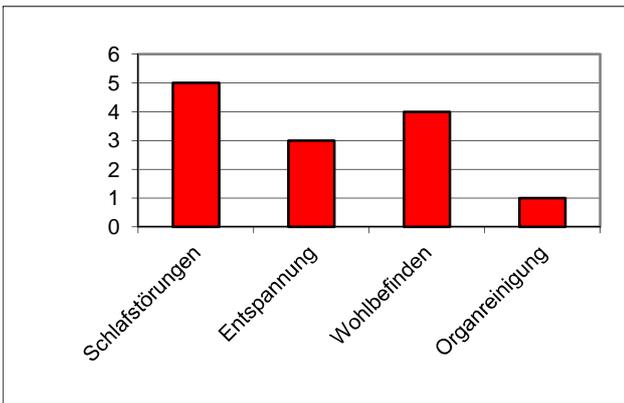
Altersdurchschnitt 38,1 Jahre

**3 Frauen und 11 Männer wurden befragt**

14 Fragebogen wurden ausgewertet -teilweise blieben Fragen unbeantwortet, teilweise wurden Fragen mehrfach beantwortet.

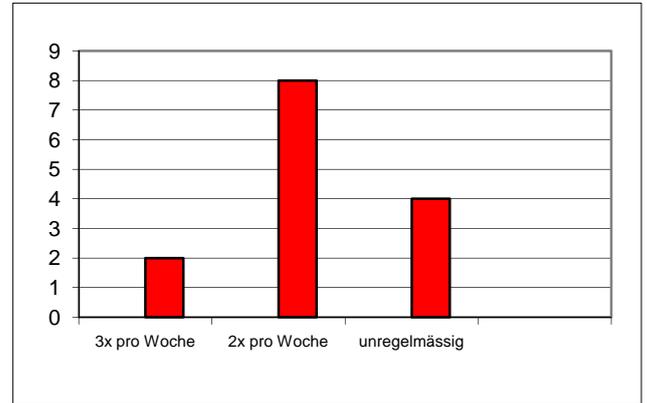
**1. Was ist die Motivation für Akupunktur?**

Beruhigung, Energie	4
Schlafstörungen	5
Entspannung	3
Wohlbefinden	4
Organreinigung	1



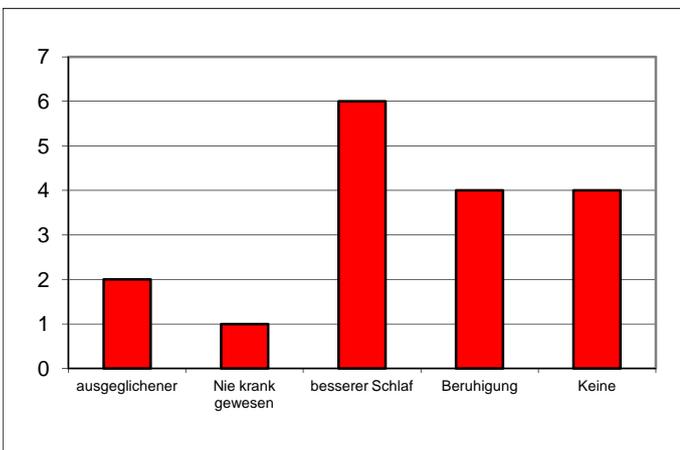
**2. Wie häufig haben Sie teilgenommen?**

3x pro Woche	2
2x pro Woche	8
unregelmässig	4



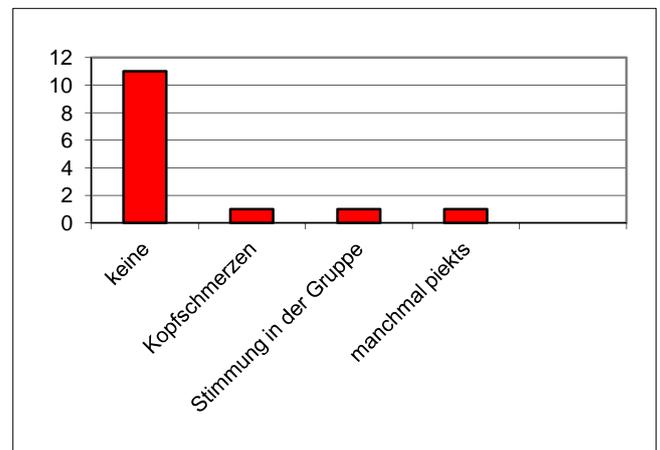
**3. Positive Wirkung der Akupunktur?**

ausgeglichener	2
Nie krank gewesen	1
besserer Schlaf	6
Beruhigung	4
Keine	4



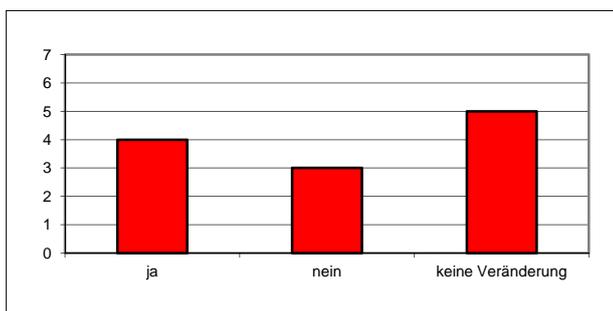
**4. Negative Wirkung der Akupunktur?**

keine	11
Kopfschmerzen	1
Stimmung in der Gruppe	1
manchmal piekts	1



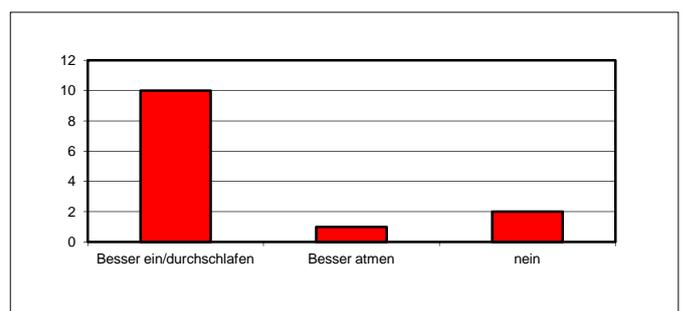
**5. Konnte Beikonsum reduziert werden?**

ja	4
nein	3
keine Veränderung	5



**6. Hat sich der Schlaf verändert?**

Besser ein/durchschlafen	10
Besser atmen	1
nein	2



**Kommentare**

"Beikonsumreduktion muss nicht nur von Akupunktur sein"

"Angenehme Atmosphäre"

"Guter Raum"

"Gruppe ist ruhiger als am Anfang"

"Musik ist in Ordnung"

"Ideale Sache"

"Pink Floyd als Musik oder Klassik wäre schön"

"Musik ist inspirierend"

"Eintönige Musik"

# AKUPUNKTUR - TEILNAHME: 2007

HeGeBe Chur: 32 Klienten

Anhang 3

Woche	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Montag										
Mittwoch										
Freitag										

Woche	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Montag										5
Mittwoch									3	5
Freitag									6	5

Woche	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Montag	5	Feiertag	5	Handwerker	Handwerker	Handwerker	3	3	2	3
Mittwoch	4	5	5	im Haus	im Haus	im Haus	3	3	3	5
Freitag	4	4	3			6	1	4	4	3

Woche	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Montag	3	3			5	3	5	4	5	5
Mittwoch		3			5	4	3	VV	4	
Freitag		4			3	4		6	4	6

Woche	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Montag	6	4			5	3	5	3		4
Mittwoch			6	5				5		3
Freitag	6	6	6		6	3		3	4	3

Woche	51	52	53
Montag	5	Feiertage	Feiertage
Mittwoch			
Freitag			

Jahrestotal 272

Start des Angebotes:  
Jun 07

Durchschnittliche Teilnehmerzahl pro Sitzung: 4.1

# AKUPUNKTUR - TEILNAHME: 2008

HeGeBe Chur: 32 Klienten

Anhang 3

Woche	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Montag		3	6	4	4	6	4	5	5	7
Mittwoch		3	7	X	6	X	4	X	7	6
Freitag		4	6	6	7	6	4	4	5	8

Woche	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Montag	8	7	X	8	X	8	6	8	X	X
Mittwoch	9	8	8	7	6	8	X	X	X	7
Freitag	8	X	8	8	7	6	7	9	7	10

Woche	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Montag	X	8	8	8	X	7	9	7	9	8
Mittwoch	8	X	8	X	9	9	8	X	9	7
Freitag	9	8	9	9	9	9	8	9	11	8

Woche	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Montag	7	8	9	9	9	11	10	11	X	10
Mittwoch	6	8	10	X	X	X	13	10	8	X
Freitag	X	9	10	10	10	10	12	12	10	11

Woche	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Montag	10	11	11	X	13	12	11	10	X	X
Mittwoch	11	13	10	X	12	X	12	X	X	X
Freitag	11	16	13	12	14	14	9	12	X	X

Woche	51	52
Montag	X	X
Mittwoch	X	X
Freitag	X	X

Jahrestotal 976 TeilnehmerInnen

Durchschnittliche Teilnehmerzahl pro Sitzung: 8.2

(NADA konnte nur an 118 Tagen angeboten, da nur 2 Personen die Ausbildung hatten)

# AKUPUNKTUR - TEILNAHME: 2009

HeGeBe Chur: 32 Klienten

Anhang 3

Woche	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Montag		6	9	7	9	9	5	8	7	9
Mittwoch			8		4	3		6	9	11
Freitag		9	8	8	9	8	8	7	8	8

Woche	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Montag	11	9	8	7	11		8	9	10	9
Mittwoch	10	7		10	11	11	8	10		9
Freitag	8	8	8	9		6	8	10	9	8

Woche	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Montag	7	9		7	8	6	9	8	9	8
Mittwoch	9		6		7	6	8	9	9	9
Freitag	7	6	7	8	7	5	7	8	7	8

Woche	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Montag	8	9	9	12		9	11		9	10
Mittwoch	9	11	10			8	7		11	11
Freitag	7	7	12	7		8	6		9	11

Woche	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Montag	11		10	11	11	11	15	11	10	9
Mittwoch	10	9	9	10		11			10	11
Freitag	13	10	8	11	10	11	13	13	7	12

Woche	51	52	53
Montag	12		10
Mittwoch	12		13
Freitag	10		

**Jahrestotal 1164 TeilnehmerInnen**

**Durchschnittliche Teilnehmerzahl pro Sitzung 8.2  
(NADA wurde an 132 Tagen angeboten)**

# AKUPUNKTUR - TEILNAHME: 2010

HeGeBe Chur: 32 Klienten

Anhang 3

Woche	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Montag	13	11	10	12	14	13	12	14	14	10
Mittwoch	12	12	12	12	9	14	X	X	10	9
Freitag	13	13	12	12	10	13	11	13	10	13

Woche	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Montag	12	11	7	Feiertag	11	13	13	11	13	10
Mittwoch	X	9	9	10	9	9	10	12	8	X
Freitag	12	9	Feiertag	9	11	12	13	13	10	10

Woche	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Montag	Feiertag	6	6	6	7	6	8	12	7	9
Mittwoch	X	5	7	9	5	8	5	7	5	8
Freitag	8	10	9	8	7	5	10	10	8	8

Woche	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Montag	10	12	9	10	8	7	9	8	6	9
Mittwoch	9	10	X	X	7	9	9	4	4	8
Freitag	8	7	8	8	7	7	8	7	7	7

Woche	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Montag	6	9	8	8	7	9	8	9	X	8
Mittwoch	7	5	6	X	10	X	10	10	7	7
Freitag	7	9	9	5	5	5	5	7	9	6

Woche	51	52	
Montag	X	8	
Mittwoch	8	10	
Freitag	6	13	

**Jahrestotal 1209 TeilnehmerInnen**

**Durchschnittliche Teilnehmerzahl pro Sitzung: 8.5**  
(NADA wurde an 142 Tagen angeboten)

# AKUPUNKTUR - TEILNAHME: 2011

HeGeBe Chur: 32 (34) Klienten

Anhang 3

Woche	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Montag	7	5	8	9	8	7	11	9	8	10
Mittwoch	8	7	10	7	6	5	7	VV	10	9
Freitag	7	6	8	7	10	7	9	8	13	10

Woche	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Montag	9	9	8	7	8	7	Feiertag	9	8	7
Mittwoch	9	8	7	7	10	9	8	10	7	Teamsitzung
Freitag	7	8	8	10	9	Feiertag	5	9	8	7

Woche	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Montag	7	10	7	Feiertag	8	6	5	6	6	10
Mittwoch	VV	10	8	7	6	6	4	8	5	Teamsitzung
Freitag	10	10	7	9	7	8	8	8	4	9

Woche	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Montag	Feiertag	6	6	10	8	4	4	5	5	5
Mittwoch	7	6	X	VV	7	2	7	5	7	5
Freitag	9	4	7	8	7	6	8	7	6	6

Woche	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Montag	5	6	6	7	5	6	7	6	6	9
Mittwoch	6	6	4	Teamsitzung	6	5	X	6	7	9
Freitag	7	6	8	7	4	6	8	7	7	7

Woche	51	52	
Montag	5	Feiertag	
Mittwoch	6	7	
Freitag	8	7	

Jahrestotal 1032 TeilnehmerInnen

Durchschnittliche Teilnehmerzahl pro Sitzung: 7.2  
(NADA wurde an 143 Tagen angeboten)

## Umfrage: Akupunktur nach dem NADA Protokoll in den heroingestützten Behandlungen der Schweiz

Zentrum:

Anzahl Klienten:

**Akupunktur nach dem NADA Protokoll:**

besteht das Angebot in Ihrem Zentrum?

Ja

nein



wenn ja, seit wann?

wie oft (pro Woche) bieten Sie die Akupunktur an?

Können die Klienten nach der Akupunktur direkt ihre Opiate beziehen?  
(d.h. je nach Organisation des Zentrums eine frühere Abgabe als „normal“?)

Gibt es andere Vergünstigungen im Sinne einer Belohnung?

Wie viele Klienten nehmen im Durchschnitt an der Akupunktur teil?  
(z.Bsp: 3-5KI/ 6-8 KI./ 9-12 Klienten...)

Werden **nur die Ohrpunkte** gestochen?

Werden Ohrpunkte **und** Schlafkranz/Yintang gestochen?

Wird meist **nur der Schlafkranz** gestochen?

-----  
Wenn möglich gerne auch die unten stehenden Fragen beantworten:

**Welche positiven Effekte werden von den Teilnehmenden v.a. genannt?**

	<b>Oft</b>	<b>ab und zu</b>	<b>nie</b>
1. allgemein eine Verminderung von körperlichen Beschwerden wie Magenbeschwerden, Bauchkrämpfe, Schwitzen, Zittern, Gliederschmerzen...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Verminderung von Kopfschmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Verbesserung der Schlafqualität	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Innere Ruhe und Entspannung finden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Das angenehme und positive Gefühl in der Akupunkturgruppe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Verbesserung von Energielosigkeit/ Müdigkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Reduktion vom Beikonsum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Weitere?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>