

Unterstützende Akupunkturbehandlung bei Alkohol- und Drogenentzug nach dem NADA-Protokoll

Sandra Bürklin

In Deutschland gelten rund 1,3 Millionen Menschen als alkoholabhängig, wovon sich 10 Prozent einer Entzugstherapie unterziehen. Die dauerhafte Abstinenz hängt jedoch stark von der danach folgenden Entwöhnungstherapie, der Abstinenzmotivation und der Rückfallgefahr der Menschen ab. Erfahrungen mit illegalen Drogen haben rund ein Viertel der Deutschen, etwa zwei Prozent der deutschen Bevölkerung gelten als drogenabhängig. Um diese Menschen in ihrer Entzugs- und Entwöhnungstherapie unterstützen zu können, wird seit vielen Jahren die Ohrakupunktur nach dem NADA-Protokoll angewendet. Dies geschieht in den meisten Fällen begleitend zur medikamentösen und psychotherapeutischen Behandlung. Durch diese unterstützende Akupunkturtherapie kann die Motivation der Patienten deutlich gestärkt und dadurch eine längere Abstinenzzeit und Rückfallminderung erzielt werden.



Ab wann gilt jemand als abhängig? Eine Abhängigkeit besteht nach den Vorgaben der Weltgesundheitsorganisation WHO, wenn mindestens drei der folgenden Kriterien erfüllt sind: 1. ein starker Wunsch nach Konsum, 2. eine verminderte Kontrollfähigkeit in Bezug auf den Beginn, die Beendigung oder die Menge des Konsums, 3. körperliche Entzugssymptome bei Beendigung des Konsums, 4. eine nachweisliche Toleranz gegenüber der Substanz im Sinne von erhöhten Dosen, die erforderlich sind, um die ursprüngliche Wirkung hervorzurufen, 5. eine fortschreitende Vernachlässigung anderer Vergnügungen oder Interessen zugunsten des Substanzkonsums und 6. ein anhaltender Substanzkonsum, trotz des Nachweises eindeutig schädlicher Folgen.

Oft dauert es 10 bis 15 Jahre, bis sich Patienten ihre Abhängigkeit eingestehen können und sich in eine spezialisierte Klinik begeben. Dort erfolgt initial eine Entzugsbehandlung, um die körperlichen Symptome zu lindern und die Patienten vor den schweren Nebenwirkungen des Entzugs zu schützen. Hierzu zählen Zittern, Schweißausbrüche, Magenkrämpfe, Blutdruckspitzen und in ausgeprägten Fällen auch epileptische Anfälle. Besonders beim Alkoholentzug können die Nebenwirkungen durchaus tödlich enden.

| Rang | Droge | Punktwert | Rang | Droge | Punktwert |
|------|----------------|-----------|------|----------------|-----------|
| 1 | Alkohol | 72 | 10 | Benzodiazepine | 15 |
| 2 | Heroin | 55 | 11 | Ketamin | 15 |
| 3 | Crack | 54 | 12 | Methadon | 14 |
| 4 | Methamphetamin | 33 | 13 | Mephedron | 13 |
| 5 | Kokain | 27 | 14 | Butan | 11 |
| 6 | Tabak | 26 | 15 | Anabolika | 10 |
| 7 | Amphetamin | 23 | 16 | Kath | 9 |
| 8 | Cannabis | 20 | 17 | Ecstasy | 9 |
| 9 | GHB | 19 | 18 | LSD | 7 |

Tab. 1: Schadenspotenzial geläufiger Drogen basierend auf 16 Einzelfaktoren in den Bereichen „physischer“, „psychischer“ und „sozialer Schaden“ innerhalb der Dimensionen „Selbstschädigung“ und „Fremdschädigung“. Je höher der Punktwert, desto schädlicher die Substanz.¹

Obwohl die körperlichen Folgen eines Entzugs für den Patienten äußerst quälend sein können, leiden die meisten Betroffenen am schwersten unter der psychischen Anhängigkeit, die sich durch ein maßloses Verlangen nach dem Konsum der Droge, dem sogenannten Craving, äußert. In den meisten Fällen sind die psychische Abhängigkeit und das Craving auch in der Entwöhnungstherapie, die sich der Entzugstherapie anschließt, die größten Belastungsfaktoren für den Patienten. Der Umgang damit entscheidet maßgeblich über den langfristigen Erfolg der Therapie.

Akupunktur in der Entzugsklinik

Um die Patienten sowohl beim körperlichen als auch beim psychischen Entzug zu unterstützen die Nebenwirkungen zu lindern und die Therapiebereitschaft zu fördern, wird seit etwa drei Jahrzehnten sehr erfolgreich die Ohrakupunktur nach dem NADA-Protokoll angewendet, NADA steht dabei für **N**ational **A**cupuncutur**e** **D**etoxification **A**ssociation. Diese besondere Akupunkturform wurde 1985 von Dr. Michael Smith im staatlichen Lincoln Hospital, Bronx, NYC, entwickelt und wird seit 1991 auch in Deutschland mit großem Erfolg angewendet. Sie eignet sich zur Basisbehandlung von suchtkranken Patienten und wird in den führenden Entzugskliniken in Deutschland standardmäßig zur unterstützenden Entzugsbehandlung täglich angeboten.

Das NADA-Protokoll kombiniert Ohrakupunktur mit einer strukturierten, nicht-ängstigenden Art des Behandlungsstils. Das Ziel der Akupunkturbehandlung ist vor allem eine Minderung der oft schwerwiegenden Nebenwirkungen des Entzugs. So wirkt die Behandlung beruhigend, stressreduzierend und schmerzmindernd. Zudem hilft sie bei innerer Unruhe, lindert Entzugsbeschwerden und Suchtdruck und fördert die Wachheit und Konzentration. Auch die vegetativen Symptome wie Zittern, Schwitzen und deutliche körperliche Unruhe werden reduziert. Insgesamt sind die Patienten nach einer Akupunkturbehandlung weniger ängstlich, stabiler und belastbarer. Dadurch können sie bei der Psychotherapie besser mitarbeiten und senken so die Rückfallgefahr. Dies wirkt sich sehr vorteilhaft auf die Konsistenz ihrer Behandlungsmotivation und damit den langfristigen Erfolg der Behandlung aus.

In den spezialisierten Entzugskliniken in Deutschland wird die NADA-Akupunktur häufig mehrfach am Tag angeboten, und je öfter die Patienten sich akupunktieren lassen, umso besser ist die Wirkung und umso geringer sind die Nebenwirkungen des Entzugs. Durchgeführt wird die Akupunktur im Sitzen in einer Gruppe. Die Patienten können sich dafür freiwillig anmelden. Wichtig ist es dabei, eine angenehme Atmosphäre zu schaffen, etwa durch stimmungsvolle Hintergrundmusik. Die Patienten sollen möglichst entspannt sein. Nach der Desinfektion des Ohres werden den Patienten 5 Nadeln etwa 2–3 mm tief ins Ohr gestochen und rund 30 Minuten im Ohr belassen. Dadurch wird an der entsprechenden Stelle ein Reiz gesetzt, und der entsprechende Punkt stimuliert. Bis auf leichte Nebenwirkungen wie Kreislaufbeschwerden und Kopfschmerzen ist die Behandlung sehr gut verträglich und erleichtert den Patienten häufig den Einstieg in den Ausstieg.

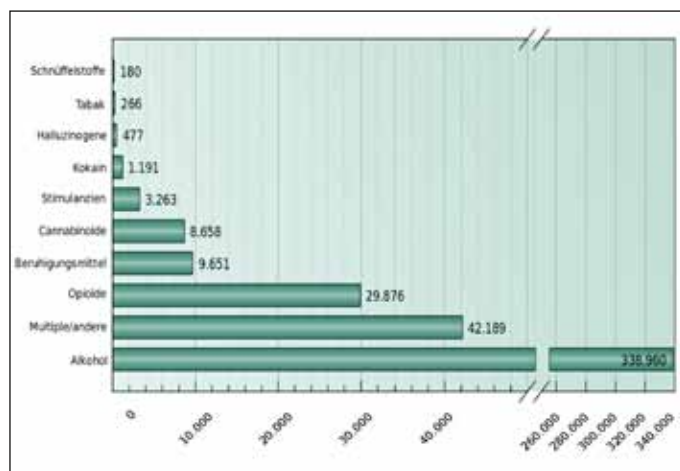


Abb. 1: Anzahl stationärer Krankenhausbehandlungen in Deutschland aufgrund von Drogenproblemen. Gemittelte Daten aus den Jahren 2009-2012.²

Das NADA-Protokoll

Das NADA-Protokoll besteht aus fünf Ohrpunkten und kann durch zusätzliche Punkte unterstützt genadelt werden. Die fünf Ohrpunkte sind Punkt 51 Vegetativum, Punkt 55 Shen-Men, Punkt 95 Nierenpunkt, Punkt 97 Leberpunkt und Punkt 101 Lungenpunkt.

Punkt 51 Vegetativum sorgt für einen Ausgleich der vegetativen Funktionen. Dadurch kann vor allem einem übermäßigen Schwitzen, Frieren, Zittern und auch Verdauungsstörungen, Blutdruckschwankungen und Nervosität vorgebeugt werden.

Punkt 55 Shen-Men wird auch das „Tor zur Seele“ genannt. Er wirkt vor allem beruhigend, ausgleichend, schmerzstillend und antidepressiv. Zugleich fördert er die Wachsamkeit und Aufmerksamkeit.

Der Nierenpunkt, Punkt 95, gleicht den Wasserhaushalt aus, unterstützt die Nieren und behandelt erfolgreich Angstgefühle und Schlafstörungen. Zudem steigt das Energieniveau der Patienten an.

Durch **Punkt 97, den Leberpunkt**, wird die Leber in ihren Funktionen unterstützt. Dies betrifft vor allem die Entgiftungsfunktion, aber auch die Aufgabe als Energiespeicher und die Kontrolle der Blutgerinnung.

Der fünfte Punkt, **Lungenpunkt Nr. 101**, unterstützt die Lunge und regt die Atmung an. Er wirkt schmerzlindernd und hat einen starken Einfluss auf die Produktion des Glückshormons Endorphin. Zudem unterstützt er die Patienten beim Loslassen und Abschiednehmen von ihren alten Gewohnheiten, die die Ausbildung und den Erhalt der Abhängigkeit gefördert haben. Da Patienten bei der Nadelung der Punkte häufig kurz zittern, wird der Punkt auch Schauerpunkt genannt.

Unterstützt werden kann die NADA-Akupunktur mit den festgelegten 5 Punkten durch einige klassische Akupunkturpunkte. Sehr häufig genutzt wird der Extrapunkt „Siegelhalle“ (yintang) in der Mitte zwischen den Augenbrauen. Er wirkt sehr gut bei Kopfschmerzen, die durch den Entzug entstehen, und hat aber vor allem eine psychisch wirksame Komponente. So „klärt“ er das Denken und beruhigt den Geist, was zur Minderung von Angst- und Schlafstörungen führt und Verwirrheitszustände mindern kann.

Ein sehr wichtiger zusätzlicher Punkt ist Rg 20 („Zusammenkunft aller Leitbahnen“, *baihu*) am Schnittpunkt der Verbindungslinie zwischen beiden Ohrspitzen und der Schädeldachmittellinie. Er wird sedierend genadelt und hat eine stark sedierende Wirkung. Dadurch wirkt er vor allem lindernd bei Unruhezuständen, Schreckhaftigkeit und auch Depressionen. Er führt zu einer Reduzierung von Bluthochdruck und fördert auch den Schlaf. Die schlaffördernde Wirkung kann noch zusätzlich durch die „vier Punkte der Geistes-schärfe“ (*si shen cong*) unterstützt werden. Diese sind jeweils ein *cun* (eine Daumenbreite) links, rechts, vor und hinter dem Punkt Rg 20 („Zusammenkunft aller Leitbahnen“, *baihu*) zu finden und bilden mit diesem Punkt den sogenannten „Schlafkranz“.

Erklärungsmodell der TCM

Wie erklärt sich die Wirkung der Ohrakupunktur aus Sicht der chinesischen Medizin? Die meisten chronisch alkohol- oder drogenabhängigen Menschen haben einen dauerhaften Yin-Mangel und „Hitze“-Symptome durch eine Hitze aufgrund energetischer Schwäche. Dies zeigt sich sowohl im täglichen Leben als auch im Entzug. Hierzu zählen zum Beispiel Schlafstörungen, vermehrtes Schwitzen, starke innere Unruhe und Zittern, aber auch diffuse Schmerzen, übermäßige Aggressivität und ausgeprägte Ängstlichkeit und Unsicherheit, sie „laufen heiß“.

Zum chronischen Yin-Mangel kann es durch den chronischen Konsum von Alkohol oder Drogen kommen, häufig besteht aber zusätzlich auch noch ein chaotischer Lebensstil, eine ungünstige Ernährung mit deutlicher Schwächung des Funktionskreises „Milz“ und auch ein Verlust von Strukturen sowohl im beruflichen als auch und vor allem im familiären Bereich. Die Kombination der Faktoren fördert häufig eine Zunahme des Yin-Mangels und dadurch eine vermehrte Ausprägung der Symptome durch „Hitze aufgrund von energetischer Schwäche“. Die NADA-Akupunktur wirkt diesem entgegen, indem sie die „Hitze“-Symptome mindert und die Entstehung von Yin durch die Schaffung von Ruhe und Strukturen fördert. Der Patient wird durch die Akupunktur und das Setting sowie die psychotherapeutische Behandlung gefestigt und findet „seine Mitte“ wieder. Nur wenn die ausgeprägten „Hitze“-Symptome gemindert und das Yin dauerhaft wieder gestärkt werden, wird eine anhaltende Abstinenz realistisch sein.

Resümee

Zusammenfassend kann man sagen, dass die gute Vorbereitung auf ein dauerhaft abstinentes Leben durch die Behandlung nach dem NADA-Protokoll möglich ist und sich sowohl die Therapiemotivation steigern als auch die Zahl der Rückfälle dauerhaft senken lässt.

„In allen Dingen hängt der Erfolg von den Vorbereitungen ab“.

Konfuzius

Autorin:

Dr. Sandra Bürklin, Ärztin
Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin
Münchner Straße 4, 83043 Bad Aibling
E-Mail: info@praxis-buerklin.de

SMS – SOCIETAS MEDICINAE SINENSIS

Die Autorin ist Mitglied der Internationalen Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V. (SMS), eine der ältesten deutschsprachigen Ärztegesellschaften für TCM. Die SMS bildet seit über 30 Jahren Ärzte in chinesischer Medizin aus und bietet daneben auch Kurse und Ausbildungen für Therapeuten, Interessierte und Patienten in den ergänzenden Bereichen Qigong und Taiji, Tuina (chinesische manuelle Therapie) sowie chinesische Ernährungstherapie: www.tcm.edu

Literatur

- 1 Tabelle nach Nutt DJ et al.: Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis. In: The Lancet. Band 376, Nr. 9752, 6. November 2010, S. 1558–65
- 2 Pfeiffer-Geschel et al.: Bericht 2014 des nationalen REITOX-Knotenpunkts an die EBDD. Neue Entwicklungen und Trends. Drogensituation 2013/2014. München 2014: Deutsche Beobachtungsstelle für Drogen und Drogensucht DBDD, S. 119
- Avants SK, Margolin A, Holford Th, Kosten ThR: A randomized controlled trial of auricular acupuncture for cocaine dependence. Arch. Intern. Med. 2000; 160: 2305-2312
- Baudis R (Hrsg): Punkte der Wandlung – Suchtakupunktur nach dem NADA Protokoll. Verlag für Psychologie, Sozialarbeit und Sucht. Rudersberg 1999
- Bullock M et al.: A large randomized placebo controlled study of auricular acupuncture for alcohol dependence. J. Substance Abuse Treatment 2002; 22:71-77
- Marx HG. Medikamentenfreie Entgiftung von Suchtkranken. Bericht über den Einsatz von Akupunktur. Suchtgefahren 1984; 30-34
- Payer K et al.: Patientenzufriedenheit mit der NADA-Ohrakupunktur auf einer psychiatrischen Station. Dt. Ztschr. f. Akup. 2007; 50,2:10-13
- Raben R: Akupunktur nach dem NADA-Protokoll – Eine Übersicht zur Sucht-Therapie. Dt. Ztschr. f. Akup. 2004; 47,2:35-40