

Allergiebehandlung mit Chinesischer Medizin

Aktuelle Studien beweisen die Wirksamkeit der Akupunktur bei allergischer Rhinitis

Dr. med. Michael Wullinger

Zu Beginn dieses Jahres wurden die mit Spannung erwarteten Ergebnisse einer großangelegten deutschen Multicenter-Studie zur Behandlung der allergischen Rhinitis mit Akupunktur veröffentlicht: Akupunktur ist wirksam und führt zu einer signifikanten Verbesserung der Heuschnupfensymptome und einer Reduzierung der Einnahme von Antihistaminika. [1]

Hintergrund der ACUSAR-Studie unter Leitung der Berliner Universitätsklinik Charité waren die positiven Erfahrungen vieler Akupunkturspezialisten bei der Behandlung von Patienten mit Heuschnupfen. Darüber hinaus hatten mehrere kleinere Vorstudien bereits gute Ergebnisse sowohl für die saisonale (SAR) als auch die perenniale allergische Rhinitis (PAR) gezeigt. Neben der Akupunktur kommen in der Chinesischen Medizin als weitere Behandlungsverfahren chinesische Heilpflanzen, eine eigenständige Diätetik sowie die Bewegungsübungen Taiji und Qigong zur Anwendung.

In der Therapie von allergischen Erkrankungen werden alle Verfahren eingesetzt, sie haben jedoch einen unterschiedlichen Stellenwert. [2]

Die allergische Rhinitis kann in vielen Fällen allein mit Akupunktur erfolgreich behandelt werden. Das atopische Ekzem ist vor allem eine Domäne der chinesischen Arzneimitteltherapie. Hier hat die Akupunktur vor allem eine Juckreiz beruhigende Wirkung. [13] Zur Behandlung von allergischem Asthma werden am besten alle vier Verfahren, also Akupunktur, chinesische Arzneimittel und Diätetik sowie die Bewegungsübungen, miteinander kombiniert. Die Erfahrung zeigt, dass Verbesserungen, die während einer Akupunkturbehandlung auftreten, in vielen Fällen lange über das Ende der Anwendung hinaus anhalten. In zwei Studien wurden Patienten nach sechs bzw. zwölf Monaten erneut untersucht. [1, 9] Dabei zeigten sich vergleichbare Ergebnisse wie unmittelbar nach der Akupunkturbehandlung. Dies deutet daraufhin, dass eine solche Anwendung weit über eine rein symptomatische Therapie mit Antihistaminika hinausreicht.



Dementsprechend ist das Ziel einer Therapie mit Chinesischer Medizin, die grundsätzliche Bereitschaft des Patienten zur allergischen Reaktion zu beruhigen oder zu beseitigen.

Die Hyperreagibilität des Immunsystems beim Allergiker spiegelt sich in der Chinesischen Medizin häufig in Begriffen wie „Wind“ (feng) und „Hitze“ (re) wider.

„Wind“ beschreibt krankheitsauslösende Faktoren, die von außen auf das Individuum einwirken. Die Krankheitssymptome treten plötzlich auf und verschwinden auch wieder rasch. Sie manifestieren sich häufig im Kopfbereich. Darüber hinaus wirkt es oft, als sei der Patient Zugluft oder Wind ausgesetzt gewesen. In der Tat werden die Pollen durch den Wind auf die betroffenen Schleimhäute getragen.

„Hitze“ bezeichnet die gesteigerte Dynamik des gesamten Organismus. Sie zeigt sich in einer allgemeinen Unruhe, einem Hitzegefühl und ausgeprägtem Bewegungsdrang. Weitere Hinweise sind vermehrter Durst, Bedürfnis nach Kühlung sowie eine Verschlechterung des Befindens in den Sommermonaten.

Beispiel allergische Rhinitis [3]

Die charakteristischen Symptome des Heuschnupfens sind der Niesreiz, gefolgt von klarem, wässrigem Nasenfluss sowie eine verstopfte Nase und nasaler Juckreiz. Daneben bestehen häufig Juckreiz und Tränenfluss der Augen. Aus chinesischer Sicht han-

delt es sich hierbei um typische Symptome einer „Wind“-Schädigung.

Ein weiterer wesentlicher Aspekt ist die Lokalisation des Krankheitsbildes, welches sich insbesondere an den Schleimhäuten der Nase und der Augen abspielt. Die Schleimhäute werden in der Chinesischen Medizin schlicht als „Oberfläche“ bezeichnet.

Das Ziel bei der Behandlung des Heuschnupfens besteht also darin, die „Wind“-Schädigung aus der „Oberfläche“ auszuleiten.

Zusätzlich muss berücksichtigt werden, ob „Hitze“-Zeichen vorliegen. Diese zeigen sich in einer Rötung der Nasenschleimhaut, der Konjunktiven und des Zungenkörpers sowie in einer Gelbfärbung der Sekrete.

Therapie

Im Rahmen der ACUSAR-Studie wurden in einer Konsensus-Gruppe die wichtigsten Akupunkturpunkte für die Behandlung des Heuschnupfens festgelegt: Bei jedem Patienten wurden Di4 („Vereinte Täler“, hegu), Di11 („Gekrümmter Teich“, quchi), Di20 („Empfangen der Wohlgerüche“, yingxiang) sowie der Extrapunkt „Siegelhalle“ (yintang) behandelt. Alle diese Punkte haben die Eigenschaft, „Wind“-Schädigungen aus der „Oberfläche“ zu zerstreuen. Di20 („Empfangen der Wohlgerüche“, yingxiang) und der Extrapunkt „Siegelhalle“ (yintang) machen außerdem die Nase frei.

Zusätzlich zu diesen Punkten wurden individuell weitere Akupunkturpunkte behandelt.

Bei ausgeprägten „Hitze“-Zeichen werden häufig Le2 („Der Zwischenraum des Gehirns“, xingjian) und Ma44 („Innere Vorhalle“, neiting) gestochen, um „Hitze“ auszuweichen und den Patienten zu beruhigen und zu kühlen. Stehen hingegen Müdigkeit und Erschöpfung im Vordergrund, so werden zur Kräftigung des Patienten und des Immunsystems Ma36 („Dritter Weiler am Fuß“, zusanli) und L6 („Die Verbindung der drei Yin“, sanyinjiao) ergänzt.

In vielen Fällen führt eine Akupunkturserie von 10 bis 15 Behandlungen bereits zu einer spürbaren Linderung der allergischen Beschwerden. In der Regel werden die Patienten ein- bis zweimal pro Woche behandelt.

Im Idealfall sollte die Akupunkturbehandlung etwa zwei bis drei Wochen vor dem erwarteten Beginn des Heuschnupfens eingeleitet werden.

Der Behandlungserfolg tritt oft sehr schnell, innerhalb der ersten fünf Behandlungen, ein.

In besonders hartnäckigen Fällen kann neben der Akupunktur die chinesische Arzneimitteltherapie eingesetzt werden. Dabei greift man wiederum auf Pflanzen zurück, welche „Wind“-Schädigungen in der „Oberfläche“ zerstreuen. Beim Heuschnupfen haben sich Menthae herba (Bohe), Tribuli fructus (Baijili) und Schizonepetae herba (Jingjie) besonders bewährt. Zur Stabilisierung des Immunsystems ist das wichtigste Mittel

der chinesischen Phytotherapie Astragal radix (Huangqi).

Um speziell die Nase freizumachen, werden Magnoliae flos (Xinyi) und Xanthii fructus (Cang'erzi) verordnet. Für den Juckreiz und die Rötung der Augen sind Chrysanthemi flos (Juhua) und Mori folium (Sangye) die Mittel der Wahl.

Chinesische Arzneimittel werden traditionell als wässrige Abkochungen (Dekokte) eingenommen. Für die Behandlung von Kindern eignen sich hydrophile Konzentrate in Tropfenform. Einfach und praktikabel sind moderne Granulate, die nur kurz in heißes Wasser eingerührt werden.

Fallbeschreibung

Der 40-jährige Patient, ein begeisterter Gärtner, der täglich mehrere Stunden im Garten verbrachte, litt schon seit seinem 5. Lebensjahr unter Heuschnupfen. In diversen Allergietests hatte sich gezeigt, dass er nicht nur auf Hasel, Birke und Gräser, sondern auch auf Hausstaub und Katzenhaare reagierte. Außerdem hatten sich Kreuzallergien gegen Nüsse und Kernobst entwickelt. Die Symptomatik zeigte sich am stärksten im Frühjahr von Februar bis Ende Mai. Die Augen waren dann stark angeschwollen, gerötet und verklebt. Außerdem war die Nase oft verstopft, und es bestand ein lästiger Juckreiz im Bereich der Haut und der Schleimhäute.

Der Versuch einer Desensibilisierung war erfolglos geblieben. Um trotzdem seinem Hob-



Dr. med. Michael Wullinger

(Allgemeinarzt, Naturheilverfahren, Akupunktur) beschäftigt sich seit mehr als 25 Jahren mit chinesischer Medizin. Seit 1995 in eigener Praxis in Rosenheim. Ausbildung in chinesischer Medizin bei der SMS, für die er heute als Dozent und Vorstandsmitglied tätig ist. Zu seinen Veröffentlichungen gehören Allergiebehandlung mit chinesischer Medizin (Elsevier), Leitfaden chinesische Rezepturen (Hrsg. C.-H. Hempen, Elsevier) und Allergien behandeln mit der Traditionellen Chinesischen Medizin (Irisiana).

Kontakt:

Rathausgasse 10, D-83011 Rosenheim
Tel.: 08031 / 12342
info@wullinger.de

by, der Gartenarbeit, nachgehen zu können, nahm der Patient täglich ein Antihistaminikum sowie mehrmals täglich abschwellende Nasentropfen. Die Symptome deuteten darauf hin, dass neben der „Wind“-Schädigung in der „Oberfläche“ eine ausgeprägte „Hitze“-Symptomatik bestand.

Tab. 1: Übersicht über Studien zur allergischen Rhinitis (SAR = saisonale allergische Rhinitis; PAR = perenniale allergische Rhinitis; RCT = randomisierte kontrollierte Studie; +/- = Verum- und Kontrollgruppe positiv)

Autor/Jahr	n	RCT	Krankheitsbild	Intervention	Ergebnis
Xue 2002[4]	30	ja	SAR	12 Akupunkturbehandlungen, halbstandardisiert 3-mal pro Woche	positiv
Hauswald 2004 [5]	25	ja	PAR	12 Akupunkturbehandlungen Körper + Ohr 2-mal pro Woche	positiv
Magnusson 2004 [6]	40	ja	SAR	12 Akupunkturbehandlungen, standardisiert	+/-
Ng 2004 [7]	72	ja	PAR	16 Akupunkturbehandlungen, standardisiert 2-mal pro Woche	positiv
Brinkhaus/SMS 2004 [8]	59	ja	SAR	6 Akupunkturbehandlungen, halbstandardisiert + Phytotherapie 1-mal pro Woche	positiv
Brinkhaus/ARC 2008 [9]	981	ja	-	15 Akupunkturbehandlungen, individualisiert	positiv
Choi SM 2012 [10]	238	ja	PAR	12 Akupunkturbehandlungen, standardisiert	positiv
Brinkhaus 2013 [1]	422	ja	SAR	12 Akupunkturbehandlungen, halbstandardisiert	positiv

Der Patient kam einmal wöchentlich zur Akupunktur, parallel dazu wurden geeignete chinesische Heilpflanzen als Dekokt verordnet. Insgesamt wurden im ersten Jahr 13 Behandlungen durchgeführt, wobei sich sehr bald spürbare Erfolge zeigten. Auf Grund der sehr langen Vorgeschichte vereinbarten wir, die Behandlung im darauffolgenden Jahr zu wiederholen. Erfreulicherweise berichtete der Patient im nächsten Jahr, dass auch die Kreuzallergien verschwunden seien. Der Heuschnupfen sei allenfalls noch ganz schwach und meist gar nicht zu spüren. Als ich ihn zehn Jahre später wegen orthopädischer Beschwerden erneut behandeln durfte, erzählte er freudestrahlend, dass der Heuschnupfen seit unserer Behandlung nicht mehr aufgetreten sei.

Die ACUSAR-Studie [1]

Im Februar 2013 wurde die ACUSAR-Studie in einer der renommiertesten medizinischen Fachzeitschriften (Annals of Internal Medicine) veröffentlicht. Die Studie wurde von Wissenschaftlern der Berliner Universitätsklinik Charité in Zusammenarbeit mit 46 Akupunkturspezialisten der Internationalen Gesellschaft für Chinesische Medizin (SMS) und der Deutschen Ärztegesellschaft für Akupunktur (DÄGfA) durchgeführt.

422 Patienten mit nachgewiesener Birken- und Gräserpollenallergie wurden über einen Zeitraum von acht Wochen zwölfmal akupunktiert. Die Auswahl der Punkte erfolgte nach einem semistandardisierten Verfahren. Einige Punkte waren also für alle Patienten vorgegeben, andere Punkte konnte der behandelnde Arzt individuell unter Berücksichtigung der jeweiligen Symptomatik auswählen.

Am Ende der Behandlung zeigte sich, dass die Akupunktur zu einer signifikanten Verbesserung der krankheitsspezifischen Lebensqualität und zu einer verminderten Einnahme von Antihistaminika führte. Die tatsächliche Akupunktur war dabei einer Scheinakupunktur und der alleinigen Gabe von Antihistaminika überlegen. Die posi-

ven Effekte konnten auch im Jahr nach der Akupunkturbehandlung festgestellt werden.

Die Tabelle 1 gibt einen Überblick über weitere Studien zur allergischen Rhinitis. [1, 4-10]

Abschließende Bemerkungen

Die Behandlung allergischer Erkrankungen gehört zu den wichtigsten Indikationen für die Chinesische Medizin und Akupunktur. Voraussetzung für die Anwendung der verschiedenen Therapieverfahren ist die Durchführung einer chinesischen Diagnostik durch einen entsprechend geschulten Arzt. Die Chinesische Medizin unterscheidet für jedes allergische Beschwerdebild mehrere differenzialdiagnostische Möglichkeiten. [2] Die Zuordnung der individuellen Symptomatik eines Patienten zu einer Differenzialdiagnose erfolgt aufgrund der chinesischen Diagnose. Diese umfasst neben einer ausführlichen Befragung die Puls- und Zungendiagnose.

Die Stärke der Chinesischen Medizin besteht in einer individuellen Vorgehensweise, welche neben den krankheitsspezifischen Beschwerden das gesamte Befinden des Patienten berücksichtigt. Trotzdem konnten in mehr als zwei Dutzend Studien, welche einen standardisierten Therapieansatz benutzten, positive Wirkungen bei allergischen Krankheitsbildern beobachtet werden. Am besten untersucht ist die Behandlung der allergischen Rhinitis mit Akupunktur.

Für das atopische Ekzem gibt es mehrere positive Studien über die Wirksamkeit der chinesischen Arzneimitteltherapie. Am bekanntesten davon ist eine im „Lancet“ veröffentlichte Studie aus dem Jahr 1992. [11] Deutliche Hinweise für die Wirkung der Akupunktur beim allergischen Asthma ergeben sich ebenfalls aus mehreren Studien. 2007 wurde von Scheewe eine randomisierte Studie über die Akupunkturbehandlung von

Kindern und Jugendlichen mit Asthma bronchiale publiziert. [12] Die klinischen Erfahrungen deuten darauf hin, dass bei der Behandlung von allergischem Asthma die besten Ergebnisse durch den kombinierten Einsatz von Akupunktur, chinesischer Arzneimitteltherapie und Diätetik zu erreichen sind. Besonders gut scheinen Kinder auf ein derartiges Vorgehen anzusprechen. Positive Wirkungen beim Asthma bronchiale sind außerdem durch regelmäßige Qigong-Übungen zu erzielen. [14] Ein derart komplexer Therapieansatz ist jedoch nur schwer in randomisierten Studien zu verifizieren.

Literaturhinweis

1. Brinkhaus B, Ortiz M, Witt C, et al. Acupuncture in Patients with Seasonal Allergic Rhinitis: A Randomized Trial. *Ann Intern Med* 2013; 158: 225-234.
2. Wullinger M, Fatrai A. Allergiebehandlung mit chinesischer Medizin. München: Urban & Fischer 2007.
3. Wullinger M. Differentialdiagnose und Therapie der allergischen Rhinitis mit Akupunktur und chinesischen Arzneimitteln, Teil 1 u. 2. *Chin Med* 2006; 21:1-19, 53-67.
4. Xue CC, English R, Zhang JJ et al. Effect of Acupuncture in the Treatment of Seasonal Allergic Rhinitis: A Randomized Controlled Clinical Trial. *Am J Chin Med* 2002; 30:1-11.
5. Hauswald B, Schmidt C, Knothe J et al. Wirksamkeit der Akupunkturtherapie bei allergischer Rhinitis (Hausstaubmilben) im Vergleich zur Therapie mit einem Antihistaminikum (Loratadin). www.daegfa.de/wissenschaft – Studie zur Veröffentlichung eingereicht.
6. Magnusson AL, Svensson RE, Leivrik C et al. The Effect of Acupuncture on Allergic Rhinitis: A Randomized Controlled Clinical Trial. *Am J Chin Med* 2004; 2:105-115.
7. Ng DK, Chow PY, Ming SP et al. A Double-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Trial of Acupuncture for the Treatment of Childhood Persistent Allergic Rhinitis. *Pediatrics* 2004; 114:1242-1247.
8. Brinkhaus B, Hummelsberger J, Seufert J et al. Treatment of Allergic Rhinitis with Acupuncture and Chinese Herbal Medicine: A Randomized, Placebo-Controlled Trial. *Allergy* 2004; 59:953-960.
9. Brinkhaus B, Witt CM, Jena S, Liecker B, Wegscheider K, Willich SN. Acupuncture in patients with allergic rhinitis: a pragmatic randomized trial. *Ann Allergy Asthma Immunol* 2008; 101:535-543.
10. Choi S.M, Park J-E, Li S-S, et al. Multicenter, randomized, controlled trial testing the effects of acupuncture on allergic rhinitis. *Allergy* 2012; 68 (3) 365-374.
11. Sheehan MP, Rustin MH, Atherton DJ et al. Efficacy of Traditional Chinese Herbal Therapy in Adult Atopic Disorder. *Lancet* 1992; 340: 13-17.
12. Scheewe S, Vogt L, Eichmann D, et al. Akupunktur bei Kindern und Jugendlichen mit Asthma bronchiale – eine randomisierte, kontrollierte Wirksamkeitsstudie. *Klin Pädiatrie* (219), 2007, S. 1-6.
13. Pfab F, Kirchner MT, Huss-Marp J, Schuster T, Schallock PC, Fuqin J et al. Acupuncture compared with oral antihistamine for type I hypersensitivity itch and skin response in adults with atopic dermatitis – a patient- and examiner-blinded, randomized, placebo-controlled, crossover trial. *Allergy* 2012; 67:566-573.
14. Yu-Feng Chang, Yao-Hsu Yang et al. Tai Chi Chuan training improves the pulmonary function of asthmatic children. *J Microbiol Immunol Infect* 2008; 42:88-95.

Societas Medicinae Sinensis (SMS), Internationale Gesellschaft für Chinesische Medizin e.V.

Die Societas Medicinae Sinensis ist eine der ältesten deutschsprachigen Ärztegesellschaften für Traditionelle Chinesische Medizin und bildet seit über 30 Jahren Ärzte in chinesischer Medizin aus. Daneben gibt es für alle Interessierten Ausbildungen in Qigong, Taiji, Chinesischer Diätetik und Tuina. Weitere Informationen: www.tcm.edu