

## Die Balance-Akupunktur

Die Balance-Akupunktur wurde durch Dr. Richard Teh-Fu Tan (urspr. aus Taiwan) auf den Grundlagen der klassischen chinesischen Medizin entwickelt. Er verstand es das Vermächtnis des Familienwissens, sowie Studium vieler alter klassischer Texte in eine klare Struktur zu bringen. Das Ziel ist es, durch Akupunktur die Balance im Körper so herzustellen, dass die Selbstheilungskräfte des Körpers wieder angeregt werden. Die Auswahl der Punkte erfolgt dabei nach einem logischen Prinzip, individuell auf die Beschwerden ausgerichtet.

Ein chinesisches Sprichwort, welches von Dr. Tan oft verwendet wurde, besagt: 立竿見影 «Li Gan Jian Ying», was man folgendermassen übersetzen kann: «Errichte den Pfosten unter der Sonne und der Schatten erscheint sofort.» Sobald eine Nadel gestochen wird, löst dies unmittelbare Reaktionen im Körper aus. Besonders eindrücklich ist dies bei Schmerzbehandlungen zu beobachten. Dabei spürt der Klient i.d.R. eine unmittelbare Linderung/Veränderung der Beschwerden. Genau für diese schnelle Linderung der Symptome und Schmerzen ist die Balance-Akupunktur weltweit bekannt und geniesst grosse Anerkennung.

### Einige Merkmale der Balance-Methode:

- Es werden **keine lokalen Punkte** gestochen. (Meist werden Punkte im Bereich von den Fingern bis zu den Ellbogen und von den Zehen bis zu den Knien verwendet.)
- In der Regel tritt eine **unmittelbare Linderung**/Veränderung der vorhandenen Symptome/Schmerzen auf.
- Die Akupunktur kann als eine Therapie verstanden werden, die den Körper «umerzieht», «umprogrammiert». Auch wenn Symptome bereits bei der ersten Behandlung stark reduziert werden oder teils gar ganz verschwinden, können diese wieder zurückkommen. Es braucht meistens mehrere Behandlungen, um das neue «Programm» zu festigen.
- Frequenz: Meist ist es dabei anfangs sinnvoll, **mehrere Behandlungen pro Woche** durchzuführen. Dadurch verbessert sich die Symptomatik **schneller** und nachhaltiger und die **Gesamtzahl der Sitzungen wird reduziert**. (vgl.: Bei einem Medikament lässt die Wirkung nach einer gewissen Zeit langsam nach. Ähnlich ist es auch bei der Akupunktur. Daher macht es Sinn, dass man die nächste Akupunkturbehandlung macht, möglichst bevor die Wirkung der ersten Sitzung «nachgelassen» hat.)
- Die Häufigkeit und Gesamtanzahl der Sitzungen sind dabei sehr individuell, je nach Symptomatik. Grundsätzlich gilt, je chronischer etwas ist, desto mehr Zeit braucht die Behandlung. Ein weiterer wichtiger Erfolgsfaktor ist, dass man allfällige auslösende Faktoren möglichst schnell eliminieren oder reduzieren kann.
  - o Akutphase: mindestens 2x pro Woche
  - o Stabilisierung: ca. 1x pro Woche
  - o Vorbeugung: ca. 1x pro Monat

### Grenzen der Akupunktur:

- Anatomische, strukturelle Veränderungen wie z.B. ein Knochenbruch (dieser kann beispielsweise nicht durch die Akupunktur gerichtet werden, wobei aber die Heilung selber unterstützt werden kann)
- Autoimmunerkrankungen sind oftmals schwierig zu behandeln. Im Speziellen wenn das zentrale Nervensystem geschädigt ist. Auch hier ist unter Umständen aber eine Stabilisierung der Symptome möglich.
- Sofern die äusseren Reize/Einflüsse/auslösenden Faktoren (Lebensweise, Ernährung, berufliche oder sportliche Belastungen...) sehr gross und stetig sind, ist die Akupunktur u.U. zu schwach, um den Körper nachhaltig «umprogrammieren» zu können.