

Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch
Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband
Band: 114 (2016)
Heft: 3

Artikel: Hebammenakupunktur ist mehr als ein Trend
Autor: Knauer, Karin
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-949200>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 05.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Hebammenakupunktur ist mehr als ein Trend

In der Schweiz verzeichnet die Hebammenakupunktur seit der Jahrtausendwende grossen Erfolg. Knapp ein Drittel aller praktizierenden Hebammen haben eine Akupunkturausbildung. Eine offizielle Ausbildungsanerkennung durch den Schweizerischen Hebammenverband und die Schweizerische Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin besteht seit 2005. Fast alle Geburtshäuser, Geburtsabteilungen und viele der frei praktizierenden Hebammen bieten die Akupunktur an. Worin liegt das Erfolgsgeheimnis?

.....
Karin Knauer

Mit Sicherheit profitiert die Hebammenakupunktur von der zunehmenden allgemeinen Anerkennung der Akupunktur in den letzten Jahren. Doch dass sich die Hebammenakupunktur über so lange Zeit behauptet und weiterwächst, liegt vor allem daran, dass diese sanfte Heilmethode einerseits mit viel Kompetenz und Leidenschaft ausgeübt wird. Andererseits wird sie von allen Seiten als positive Erfahrung wahrgenommen. Eine wichtige Voraussetzung ist jedenfalls der hohe Ausbildungsstandard in der Schweiz. Dafür garantieren die «Richtlinien für die Akupunkturausbildung der Hebammen in der Schweiz», ausgearbeitet vom Schweizerischen Hebammenverband und der Schweizerischen Berufsorganisation für Traditionelle Chinesische Medizin. Ziel dabei war es, einen Standard zu definieren, der

.....
Autorin



Karin Knauer, dipl. SBO-TCM, A-Mitglied, kantonal approbierte Heilpraktikerin. Sie absolvierte ein vierjähriges Studium der Traditionellen Chinesischen Medizin in Winterthur an der Academy of Chinese Healing Arts und eröffnete nach mehrjähriger Mitarbeit in verschiedenen Praxen Ende 2004 in Walzenhausen ihre Akupunkturpraxis im Dorf. Sie ist Mitgründerin des Zhong-Institutes und Mitgründerin der Heilkräuterapotheke Lian Chinaherb, die sich auf chinesische Rezeptmischungen spezialisiert hat.

innerhalb des gesetzten Rahmens rund um die Schwangerschaft und Geburt zu einer hochwertigen und erfolgreichen Akupunktur befähigt und damit über die sogenannte Symptomakupunktur hinausgeht.

Die Hebammenakupunktur in der Schweiz ist also keine Kochrezeptakupunktur. Denn eines der grossen Geheimnisse des Behandlungserfolges ist das tiefe Verständnis der chinesischen Denkweise. Es gilt in die Welt der Formen, Bewegungen und Eigenschaften von Qi, auch als universelle Lebensenergie bezeichnet, einzutauchen. Man muss sich auf die Begriffe von Yin und Yang, das chinesische Verständnis der Organe und die Welt der Meridiane (Energiebahnen) und ihrer Punkte einlassen. Wenn der Mensch gesund ist, fliesst die Lebensenergie Qi in Harmonie, die Funktionen der Organe sind kräftig und ungestört. Krankheiten sind auf eine Störung im Fliessen der Lebensenergie Qi zurückzuführen. Entweder liegt eine Schwäche oder eine Fülle der Lebenskräfte vor. Blockaden im Strom der Lebensenergie bilden die Basis für Schmerzen oder andere Gesundheitsstörungen und Krankheiten.

Alter Wissensschatz dient als Basis

Bei der Akupunkturausübung bilden das Erkennen der Krankheitsmuster, deren Verlauf und deren tiefere Ursache mittels Differenzialdiagnose die Grundlage für das passende Behandlungskonzept. Sie verlangt ein solides anatomisches Grundwissen über die Energiebahnen und die zugehörigen Akupunkturpunkte sowie eine korrekte Nadeltechnik, um so das Qi und die Körpersubstanzen wieder in den natürlichen Fluss zu bringen. Dies ist zumindest die Überzeugung der nach Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) arbeitenden Therapeuten und Ärzte, die sich auf die eine mehr als 2000 Jahre alte, umfassend dokumentierte Heiltradition berufen.

Die älteste Quelle ist das «Huangdi Neijing – Der innere Klassiker des Gelben Kaisers». In diesem Werk sind die theoretischen Grundlagen und praktischen Verfahren der TCM zusammengefasst. Der Wissensschatz soll von Huangdi, dem legendären «Gelben Kaiser», der ca. um 2600 v. Chr. lebte, zusammengetragen worden sein. In einem langen Lehrgespräch mit seinem Minister Qi Bo werden Vorgänge in der Natur, die Ursachen von Leben und Tod, von Krankheit und Gesundheit beschrieben. In 81 Kapiteln behandelt der Dialog physiologische, psychologische, diagnostische, therapeutische und ethische Fragen, die im Zusammenhang mit Gesunderhaltung, Krankheit und Heilung von Bedeutung sind.

Mit Ausbildung und Erfahrung zum Ziel

Obwohl die Hebammenausbildung mit 100 Stunden Theorie und 20 Stunden Praktikum ausreicht, um verantwortungsvoll mit der Hebammenakupunktur zu beginnen, so darf man nicht vergessen, dass dies nur ein Einstieg in einen Teilbereich der grossen Chinesischen Heilkunst mit seiner langjährigen Geschichte ist. Erst die jahrelange Erfahrung, das aufmerksame Beobachten, Hinterfragen und Weiterlernen ermöglichen die wirksame Behandlung komplizierter, chronischer Krankheitsverläufe. Trotz der relativ kurzen Ausbildungszeit sind die Resultate der Hebammenakupunktur sehr positiv. Nicht umsonst hat es sich in den Geburtskliniken durchgesetzt, dass bspw. bei Plazentarettention die akupunktierenden Hebammen jeweils vorrangig zum Einsatz kommen – dies mit einer hohen Erfolgsquote.

Effektiver Stichreiz rund um die Schwangerschaft

Die grosse Effektivität der Hebammenakupunktur erklärt sich einerseits durch die auf «einfache» Komplikationen eingeschränkte Anwendungsbereiche. Andererseits handelt es sich bei den Patientinnen umstandsbedingt um Frauen im gebärfähigen Alter mit mehrheitlich vergleichsweise hoher Vitalkraft Qi. Auch wenn sich das Spektrum der Patientinnen mit den neuen Fertilitäts-techniken zunehmend verändert bzw. aus Sicht der TCM komplexer wird, so verfügt die Frau zumindest über genügend Qi, um eine Schwangerschaft zu durchlaufen. Hinzu kommt die der Natur unterworfenen Situation der Schwangerschaft, Geburt und Laktation.

Die von Hormonen bestimmten natürlichen Vorgänge und Energieflüsse sind sehr häufig von Energieblockaden, sogenannten Qi-Stagnationen geprägt, sei es durch den emotionalen Stress in diesem besonderen Lebensabschnitt oder nur durch den Alltagstress. Dies ist der Anwendungsbereich, wo die Akupunktur wohl gegenüber den meisten andern alternativen Heilmethoden ihre Überlegenheit ausweist. Denn obwohl die TCM fünf Methoden beschreibt – neben der Akupunktur die Heilkräutermedizin, Qigong, die Tuina-Massage und die Ernährungslehre –, ist die Akupunktur die Methode der ersten Wahl, um Blockaden aufzulösen und natürliche Qi-Flüsse wieder in Gang zu bringen.

Keine Nebenwirkungen

Der Effekt des Stichreizes mittels einer Metallnadel an ausgewählten Punkten ist wissenschaftlich nicht vollständig geklärt. Eine der vermuteten Hauptwirkungen ist die Übertragung des Schmerzes über die Nervenreizleitung in das Rückenmark und ins Gehirn. Dort kommt es zu einer Beeinflussung von Nervenschaltstellen. So wird die Schmerzweiterleitung in das Grosshirn vermindert, die Muskelspannung positiv beeinflusst und die Durchblutung der verschiedenen Körperareale angeregt. Der Stichreiz kann über das Rückenmark auch direkt auf die inneren Organe wirken, womit diese in ihrer Funktion aktiviert werden.

Im Gehirn kommt es nachweislich zu Veränderungen bei der Ausschüttung von Hormonen oder nervenbeeinflussenden Substanzen z. B. bei Serotonin oder den Endorphinen. Damit erklärt sich, dass sich die Patientin nach der Akupunktur üblicherweise ruhig und entspannt fühlt. Besonders wichtig ist jedoch die Tatsache, dass die Akupunktur bei richtiger Anwendung keine Nebenwirkungen mit sich bringt. Dies ist wohl der grösste und entscheidendste Vorteil rund um die Schwangerschaft und Geburt.

Wirksamkeit ist wissenschaftlich nachgewiesen

Was die Akupunktur im Vergleich zu vielen anderen alternativen Heilmethoden auszeichnet, ist die breite Akzeptanz in Fachkreisen. Dies, weil ihre Wirksamkeit durch eine grosse Anzahl von Studien wissenschaftlich belegt ist und in Deutschland sogar zur Einführung der Akupunktur als Kassenleistung seit dem 1. Januar 2007 für einige Krankheitsbilder geführt hat. Die weltweit grösste prospektive und randomisierte Untersuchung zur Wirksamkeit der Akupunktur im Vergleich zu einer leitlinienorientierten Standardtherapie zu den Indikationen chronischer Kreuzschmerz, chronischer Schmerz bei Gonarthrose, chronischer Spannungskopfschmerz und chronische Migräne (German Acupuncture Trials, 2002–2007) konnte Folgendes zeigen:

- Bei chronischem Gonarthroseschmerz sind ca. elf Akupunkturbehandlungen innerhalb von sechs Wochen einer sechsmonatigen konventionellen Standardtherapie mit täglicher Medikamenteneinnahme von schmerz- und entzündungshemmenden Mitteln um ca. den Faktor 3 überlegen.
- Bei chronischem Kreuzschmerz sind ca. zwölf Akupunkturbehandlungen innerhalb von sechs Wochen der konventionellen Standardtherapie ca. 1,7-fach überlegen; akupunkturierte Patienten nahmen im Vergleich deutlich weniger Medikamente ein.
- In der Prophylaxe bei chronischer Migräne sind ca. elf Akupunkturbehandlungen innerhalb von sechs Wochen mindestens so wirksam wie die tägliche Einnahme von Betablockern über sechs Monate.
- Bei Spannungskopfschmerz reduzierte die Akupunktur die Anzahl der Kopfschmerztage pro Monat um mindestens 50 Prozent. Der Vergleich mit der Standardtherapie musste abgebrochen werden, da zu wenige Patienten bereit waren, Amitriptylin über Monate einzunehmen.

– Die Akupunktur ist ein vergleichbar sicheres medizinisches Verfahren. Unerwünschte schwere Wirkungen (Nebenwirkungen) der Akupunktur sind vernachlässigbar gering.

So gut diese Resultate auf den ersten Blick scheinen mögen, so muss doch fairnesshalber gleichzeitig gesagt werden, dass keine Methode über den Placeboeffekt hinaus wirkte. Es gab allerdings kein Argument mehr für die Verweigerung der Kostenübernahme bei Akupunktur gegenüber den deutlich schlechter wirkenden krankenkassenanerkannten westlichen Medikamenten.

Verkürzung der Geburtsdauer bestätigt

Im Bereich der Hebammenakupunktur belegt insbesondere die «Mannheimer Studie» (Römer et al., 1997) ihre Wirkung. Die erhobenen Hauptparameter waren der Bishop-Score, die sonografisch ermittelte Cervixlängendifferenz nach der vierten Akupunktursitzung bzw. in der 40. Schwangerschaftswoche sowie die Geburtsdauer ab Beginn muttermundwirksamer Wehentätigkeit mit kurz zusammengefasst folgenden Resultaten: Die Geburtsdauer der akupunktuierten Frauen wurde hochsignifikant im Mittel um mehr als zwei Stunden verkürzt. Es konnte eine wesentlich günstigere Wehenkoordination im Geburtsverlauf nach geburtsvorbereitender Akupunkturtherapie beobachtet werden. Zusammen mit den Wirkungen der Cervixreifung führt diese zu einer Verkürzung der Eröffnungsperiode und somit zu einer nachweisbaren Verkürzung der gesamten Geburtsdauer. Zudem führte die Akupunkturtherapie hochsignifikant häufiger zu einer zuvor nicht nachweisbaren Trichterbildung im Bereich des Os internum des Muttermundes. Dies kann als Zeichen eines deutlich begünstigt abgelaufenen Reifungsprozesses gewertet werden.

Obwohl die chinesische Denkweise für den westlichen naturwissenschaftlich geprägten Geist nicht immer einfach nachvollziehbar ist, hat sich die Akupunktur mit diesen Studien und vielen anderen mehr in der westlichen Welt Respekt verschafft. Es gilt, wie man so schön sagt: «Wer heilt, hat recht.»

Anwendungsmöglichkeiten und Nutzen

Die TCM bietet bei Schwangerschaften eine grosse Palette von Möglichkeiten. Die beiden Berufsorganisationen haben im gemeinsam erarbeiteten Curriculum für die Hebammenakupunkturausbildung 16 westliche Indikationen aufgelistet: Ödeme, Hämorrhoiden, Karpatunnel syndrom, Lumboischialgien, Schlafstörungen, adjuvante Behandlung von Durchblutungsstörungen der Plazenta, Rauchentwöhnung, Lageanomalien des Fötus, Geburtsvorbereitung, Weheninduktion, geburtsbegleitende Akupunktur, Plazentalösungsstörungen, Laktationsstörungen, mangelnde Uterusrückbildung und Erschöpfungszustände im Wochenbett. Diese Indikationen lassen sich nach TCM jeweils in mehrere Krankheitsmuster unterteilen. Umgekehrt kann mehreren westlichen Indikationen ein und dasselbe chinesische Krankheitsmuster zugrunde liegen.

Die Bandbreite der Einsatzmöglichkeiten lässt sich daher nicht so einfach eingrenzen. Vielmehr braucht es die Fähigkeit der praktizierenden Hebamme, die Energiesituation der Patientin (Schwächen und Blockaden) richtig einzuschätzen, um zu entscheiden, ob die Hebammenakupunktur die passende Methode ist. Hierbei hilft z.B. die Zungen- und Pulsdiagnose nach TCM. Die Pulsqualität (Geschwindigkeit, Schlagkraft und weitere Eigenschaften) sowie Farbe, Form und Beschaffenheit der Zunge und ihres Belags geben ein rasches Bild über den Energiezustand der Patientin. Im Zweifelsfalle ist es sicherlich ratsam, die Patientin eng zu begleiten und je nach Situation weitere medizinische Massnahmen in Betracht zu ziehen. Gerade hier liegt die Stärke der Hebammenakupunktur im Umfeld von Spitälerneinrichtungen. Akupunktur und Medikamenteneinsatz widersprechen sich nicht. Sie können sich im Gegenteil häufig optimal ergänzen und bspw. Nebenwirkungen lindern. Ebenso können mittels Akupunktur negative Folgen von operativen Eingriffen, Überkeit, Kopfweh, Narbenstörungen usw. gedämpft werden. Die Hebammenakupunktur kann daher als Vorzeigebiet der erfolgreichen interdisziplinären Zusammenarbeit zwischen TCM-Therapeuten, Gynäkologinnen und Gynäkologen sowie Hebammen bezeichnet werden. Sie trägt zur gegenseitigen Wertschätzung bei und eröffnet für beide Disziplinen zusätzliche Möglichkeiten.

Die TCM bereichert die Hebammenaktivität zweifelsohne mit einem neuen Weltbild, einem erweiterten Gesundheitsverständnis und insbesondere einem Dienstleistungsspektrum, das die Hebammenarbeit hinsichtlich der Beziehung zur schwangeren Frau, aber auch innerhalb des gesamten medizinischen Umfelds aufwertet.

Literatur

German Acupuncture Trials, kurz: GERAC-Studien (2002–2007).

Römer, A. et al. (1997) Veränderungen von Zervixreifung und Geburtsdauer nach geburtsvorbereitender Akupunkturtherapie. Mannheim.