

## **Akupunktur gegen Kniegelenksarthrose**

Chinesische Forscher behandelten 50 Patienten mit Kniegelenksarthrose (KGA) entweder vier Wochen lang jeden zweiten Tag mit Akupunktur oder vier Wochen lang fünfmal wöchentlich mit Physiotherapie. Verwendet wurden die Akupunkturpunkte M-LE-27 (heding), L10/Mi10 (xuehai), L11/Mi11 (jimen), S34/Ma34 (liangqiu) und S36/Ma36 (zusanli) sowie Elektroakupunktur auf lateralem und medialem Ex23/MN-LE-16 (xiyan). In beiden Gruppen stellten sich signifikante Verbesserungen der KGA-Werte ein, wobei diese in der Akupunkturgruppe noch einmal signifikant höher waren als in der Physiotherapiegruppe. MRT-Untersuchungen ergaben außerdem, dass sich nach der Akupunktur, aber nicht nach der Physiotherapie, die Hydratation und die biochemische Zusammensetzung des Knorpelgewebes verbessert hatten, was darauf hindeutet, dass Akupunktur die Regeneration von Knorpelgewebe fördern kann.

(Influence of acupuncture in treatment of knee osteoarthritis and cartilage repairing, Am J Transl Res, 15. September 2016, 8(9), 3995-4002)

## **Akupunktur gegen Schmerzen bei Osteoporose**

Deutsche Forscher behandelten 53 Patienten mit osteoporosebedingten Schmerzen in einem Zeitraum von fünf Wochen zehnmal mit Verum- oder Sham-Akupunktur. Die Verum-Akupunktur erfolgte mit tiefer Nadelung auf V23/BI23 (shenshu), V25/BI25 (dachangshu), V40/BI40 (weizhong), V60/BI60 (kunlun), F34/Gb34 (yanglingquan), R3/Ni3 (taixi) und Rg20/LG20 (baihui) sowie auf maximal fünf individuellen Ashi-Punkten (lokale Schmerzpunkte). Die Sham-Akupunktur erfolgte mit oberflächlicher Nadelung auf Nichtakupunkturpunkten, die mindestens 5 Zentimeter von den Verum-Punkten entfernt waren. In beiden Gruppen stellte sich ein signifikanter Rückgang der Schmerzen bei Aktivität sowie in Ruhe ein. Bei der Reduzierung der Schmerzen in Ruhe stellte sich in der Verum-Gruppe ein signifikant besseres Ergebnis ein als in der Sham-Gruppe. Die Verbesserungen der Lebensqualität waren in der Verum-Gruppe auch drei Monate nach Behandlungsende noch signifikant, während sie in der Sham-Gruppe rasch nachließen.

(Effects of acupuncture on quality of life and pain in patients with osteoporosis – a pilot randomized controlled trial, Arch Osteoporos, Dezember 2016, 11(1), 34)

## **Akupunktur auf H3/Le3 (taichong) senkt Blutdruck durch Einwirkung auf neuronales Netz, das an der Verarbeitung von Emotionen beteiligt ist**

Chinesische Forscher behandelten 30 Patienten mit Bluthochdruck entweder mit Verum-Akupunktur auf H3/Le3 (taichong) oder mit Sham-Akupunktur auf einem Nichtakupunkturpunkt am Oberschenkel. Zu signifikanten Veränderungen des systolischen Blutdrucks kam es nur in der Verum-Gruppe. Die Auswertung von fMRT-Aufnahmen ergab, dass Akupunktur auf H3/Le3 (taichong) speziell die Aktivität im für die Verarbeitung von Emotionen zuständigen Frontallappen erhöht sowie die Konnektivität zwischen Bereichen in Frontallappen, Cerebellum und Insula.

(Acupuncture Decreases Blood Pressure Related to Hypothalamus Functional Connectivity with Frontal Lobe, Cerebellum, and Insula: A Study of Instantaneous and Short-Term Acupuncture Treatment in Essential Hypertension, Evidence-based Complementary and Alternative Medicine, September 2016, (1), 1-10)