

## Angebot im Suchthilfzentrum Flensburg

### Akupunktur/Akupressur (nach dem NADA-Protokoll)

Akupunktur nach dem NADA-Protokoll (National Acupuncture Detoxification Association\*) ist eine Behandlung, die am staatlichen Lincoln Hospital in der Bronx/New York entwickelt wurde und sich neben den USA und Deutschland derzeit in vielen europäischen Ländern durchsetzt.

Viele Tageskliniken und Ambulanzen sowie Praxen, Beratungsstellen und Krankenhäuser in Deutschland behandeln bereits erfolgreich mit Akupunktur.

Akupunktur nach dem NADA-Protokoll ist eine Ohrakupunktur und eignet sich besonders für Menschen, die erheblich unter Stress, Schlafstörungen oder „innerer Unruhe“ und Gereiztheit leiden. Akupunktur wirkt bei bekannten Suchtstoffen, z.B. Alkohol, Methadon, Heroin, Kokain, Cannabis oder Nikotin, so dass der Entzug von diesen Stoffen wesentlich besser auszuhalten ist.

Akupunktur kann Störungen im Wohlbefinden regulieren, sie wirkt entspannend, fördert Wachheit und Konzentration. Akupunktur mindert das Suchtverlangen auch in Hinsicht einer Suchtverlagerung wie z.B. gesteigerte Esslust.

Die inneren Selbstheilungskräfte basieren nach der traditionellen chinesischen Medizin auf unserer Lebensenergie, dem sogenannten Qi (Schi). Demnach ist Qi die Quelle aller Bewegungen. Sie schützt den Körper durch Abwehr, wärmt ihn, bewegt das Blut und ist gleichzeitig auch Quelle für Umwandlung/Transformation.

Das Qi besteht aus zwei Komponenten, dem Yin und dem Yang. Bei der Nikotinentwöhnung beispielsweise geraten das Ying und das Yang aus dem Gleichgewicht, was sich durch bekannte Symptome bemerkbar macht. Die Akupunktur stimuliert das Qi, so dass ein Gleichgewicht zwischen Ying und Yang begünstigt oder auch wieder hergestellt wird.

### Die 5 Ohrpunkte

**Vegetativum (51):** Ausgleich vegetativer Funktionen wie übermäßiges Schwitzen, Durchfall, Verstopfung, Herzrasen, Blutdruckschwankungen, Zittern, Schmerz- und Schlafregulationsstörung.  
Seelisch-geistige Modalität: Nachdenken, Grübeln.

**Shen Men (55):** ('Tor des Geistes, Tor zur Seele')  
Belebt, entspannt und klärt den Kopf, fördert die Wachsamkeit und die Aufmerksamkeit.  
Wirkt antidepressiv.  
Seelische Modalität: Freude



**Nierenpunkt (95):** Erneuerung, Regeneration und Reaktivierung nach Erschöpfung. Die Niere bewahrt und schützt die Lebensenergie. Sie fördert die Entwicklung, reaktiviert Energie und unterstützt die innere Struktur der Person und ihren Willen (Willenskraft).  
Seelische Modalität: Angst.

**Leberpunkt (97):** Stoffwechsel, Bewegung und Emotion im Fluss halten. Beweglichkeit, Entscheidungskraft und Muskelfunktion unterstützen. Aggressive Emotionen im Fluss halten, sich wehren und sich abgrenzen können.  
Seelische Modalität: Entscheidungskraft und Beweglichkeit, Wut/Zorn.

**Lungenpunkt (101):** Ausscheidung, Austausch, Atmung, Loslassen und Abschiednehmen. Förderung von Trauer und dem 'Loslassen können'.  
Seelische Modalität: Trauer.

### **Die Behandlung:**

Zur Behandlung sitzen Sie auf einem Stuhl und reinigen sich zu Beginn mit einem Tupfer die Ohrmuscheln. In jede Ohrmuschel werden maximal 5 Nadeln gesetzt, ca. 2 Millimeter tief. Das verursacht einen leichten Schmerz. Mitunter ist der Einstich aber auch gar nicht zu spüren. Die Größe der Nadeln beträgt 0,25x20mm. Alternativ können auch 1-3 Magnetpflaster pro Ohr geklebt werden, die dann bis zu einer Woche im Ohr verbleiben.

Ohrakupunktur darf bei jedem Menschen angewendet werden, es gibt keine Kontraindikation. Akupunktur verursacht mitunter einen leichten Schmerz an der Einstichstelle, aber sehr selten Komplikationen. Eine dieser seltenen Komplikationen kann eine Entzündung der Akupunkturstelle sein. Diese sollte dann von einem Arzt gesehen und behandelt werden. Selten kommt es zu Kreislaufreaktionen oder Kopfschmerzen. In diesem Fall werden die Nadeln ganz oder teilweise gezogen.

Zusammen sitzen Sie mit anderen Teilnehmern etwa 45 Minuten in einem Raum. Während der Behandlung sollten Sie auf Essen, Trinken oder Lesen verzichten. Mitunter fallen Nadeln vorzeitig aus dem Ohr, was nicht weiter schlimm ist. Bitte laufen Sie mit Nadeln im Ohr nicht im Raum herum. Es ist eine gute Idee, vor der Behandlung zur Toilette zu gehen.

Bei Interesse vereinbaren Sie bitte einen Termin zum Vorgespräch in unserer Einrichtung.

Diakonisches SuchtHilfeZentrum Flensburg  
0461/141940

\* Nationaler Akupunktur Entgiftungsverband (Übersetzung)