

# Mit Akupunktur gegen Burnout

Rüdeger Frizberg

Stressgeplagte Anwarter für das Burnout-Syndrom können aufatmen: Positive Effekte der Akupunktur dagegen wurden durch eine wissenschaftliche Studie bewiesen. Im Oktober wurden Univ.-Prof. Gerhard Litscher und das Asian-Austrian High-tech Acupuncture Network dafür in Südkorea mit einem AMS (Acupuncture & Meridian Studies) Award ausgezeichnet.



Univ.-Prof. Gerhard Litscher und die Gastprofessorin an der Heilongjiang Universität Lu Wang, die Forschungsspitzen des TCM Forschungszentrums an der Med Uni Graz im Gespräch mit Rüdeger Frizberg.

**LPD:** Östliche Heilungsmethoden orientieren sich kaum an unserem streng naturwissenschaftlichen Ansatz der Medizin, sondern stärker an außerwissenschaftlichen philosophisch-religiösen Ansätzen. Wie weit können sie in unserem Sinne wissenschaftlich fundiert werden?

**Gerhard Litscher:** Es ist schwer, für alle Begriffe der TCM ein Gegenstück in unserer westlichen Medizin zu finden. Mit unseren evidenzbasierten Analysen konnten wir eine Brücke zwischen diesen beiden Welten schlagen, indem wir die Effekte der tradierten Akupunktur über innovative Methoden nachwiesen. Als wir 1997 begannen, uns mit der TCM zu beschäftigen, waren wir sehr skeptisch. Aber bald sahen wir, dass gerade die Intensivmedizin und die damit verbundene High Tech-Ausrüstung hier wertvolle Dienste leisten. So können wir bei der Akupunktur kausale Verhältnisse zwischen einzelnen Behandlungsschemata und deren Effekten darstellen, auch wenn wir vorerst nur sehr wenig darüber wissen, warum es diese gibt.

**LPD:** Können Sie sich bei diesem Zusammenrücken der beiden medizinischen Ansätze vorstellen, dass die westliche Medizin östliche Heilmethoden akzeptiert, ohne sie in unserem Sinne wissenschaftlich nachweisen zu können?

**Gerhard Litscher:** Wir haben klare Regeln und Studien, die den Nachweis einer Therapie erbringen. Meiner Meinung nach muss das auch für die TCM gelten. Das ist nicht einfach, daher müssen wir die Forschung in diesem Bereich intensivieren. Mit dem Satz „Wer heilt, hat recht“ können wir

uns nicht zufrieden geben. Wir wollen und müssen wissen, warum eine Methode wirkt. Wenn die Wirkung einer Methode nicht nachgewiesen werden kann, sollte man so konsequent sein und sie aufgrund der hohen Irrtumswahrscheinlichkeit nicht mehr anwenden – egal ob diese auf der östlichen oder westlichen Medizin basiert.

**LPD:** Wie ist das Verhältnis zwischen TCM und der westlichen Medizin in China selbst?

**Dr. Lu Wang** vom TCM Forschungszentrum Graz und Gastprofessorin der Heilongjiang Universität in Harbin: In China werden beide Arten der Medizin gelehrt und angewendet – in der Regel zuerst die TCM, dann die westliche. In der wissenschaftlichen Forschung liegt der Schwerpunkt auf der Akupunktur. China ist sehr daran interessiert, die TCM weltweit zu implementieren. Dafür soll sie möglichst gut wissenschaftlich fundiert werden. Für China ist die Zusammenarbeit mit der Med-Uni Graz besonders wichtig.

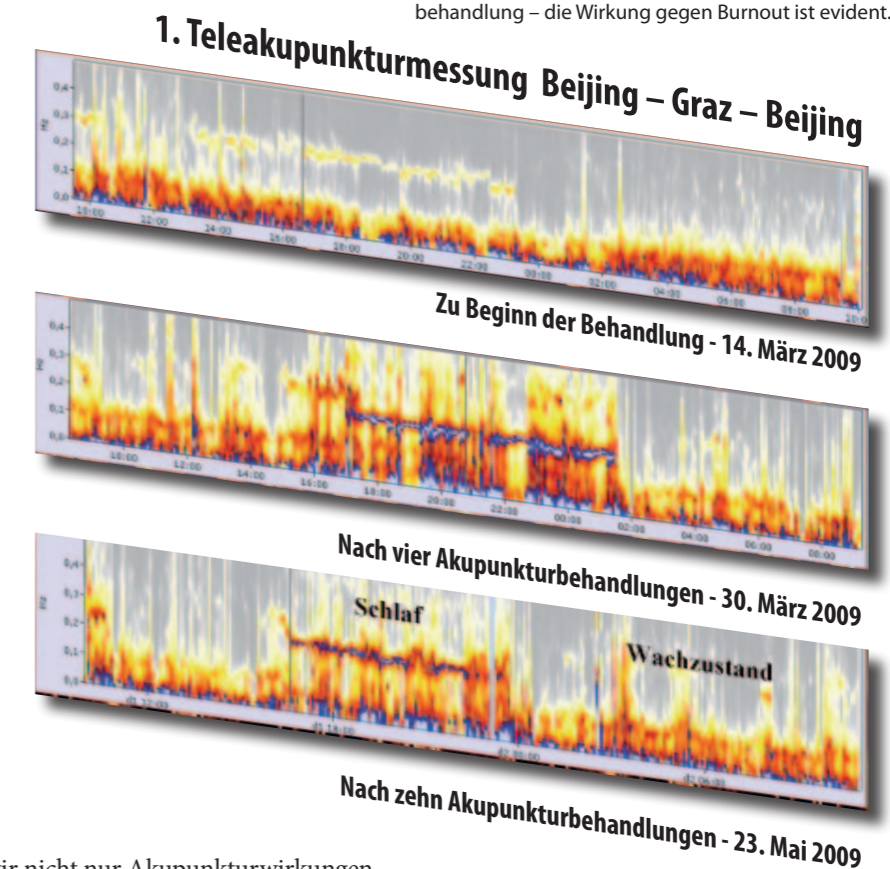
**LPD:** Ein wesentlicher Faktor in der TCM sind die Meridiane, auf denen sich die Akupunkturpunkte befinden sollen und die Kraft des „Qi“. Sind diese „wissenschaftlich“ gesichert?

**Gerhard Litscher:** Vor einiger Zeit hat es einen Versuch gegeben, Meridiane mit Hilfe der Thermographie (bildliche Darstellung der Temperatur) sichtbar zu machen. Wir konnten das mit unseren Methoden allerdings nicht verifizieren. Es gibt derzeit keinen in unserem Sinne gesicherten Beweis ihrer Existenz. Dasselbe gilt im Wesentlichen für das „Qi“. Allerdings haben wir bei chinesischen ProbandInnen mit einer speziellen Form des Lasers ein dem Fließen des „Qi“ ähnliches Gefühl auslösen können. Hier werden wir natürlich weiterforschen.

**LPD:** Beeinflusst die TCM auch unsere Forschungsmethoden?

**Gerhard Litscher:** Da gibt es viele Anregungen, unsere Methoden zur Messung von Effekten in der Peripherie und im Gehirn verstärkt anzuwenden und beispielsweise mit neuartigen Laserverfahren zu verbinden. Dabei wird die Laserstimulation automatisch von einem Computer gesteuert. Weder die Ärztin oder der Arzt, noch PatientIn wissen den genauen Zeitpunkt der Aktivierung. Das nennen wir „Doppelblindstudie“. So konnten

Das „Fire of Life“-Bild einer Patientin zeigt die geringere Aktivität vor und die gesteigerte Aktivität nach der Akupunkturbehandlung – die Wirkung gegen Burnout ist evident.



wir nicht nur Akupunkturwirkungen nachweisen, sondern auch Placeboeffekte neutralisieren, und somit den Einfluss der Erwartungshaltung der PatientInnen extrahieren.

**LPD:** Welche Auswirkungen hat ihre Arbeit auf die „tägliche“ Medizin?

**Gerhard Litscher:** Mit der völlig schmerzfreien Laserakupunktur können auch Personen mit Nadelangst und Kinder behandelt werden. Im Rahmen unserer Forschung haben wir gerade ein Gerät entwickelt, das den Hautwiderstand an mehreren Stellen zugleich messen kann. Diese Grundlagenforschung ist für den Bereich der nachhaltigen Gesundheitsforschung sehr wichtig.

**LPD:** Wie sieht es mit der Finanzierung Ihres Forschungsbereiches aus?

**Gerhard Litscher:** Hier bedanke ich mich beim steirischen Zukunftsfonds herzlichst, der unser Zentrum auf die Beine gestellt hat. Wir sind derzeit durch eine Initiative des Wissenschafts- und Gesundheitsministeriums im Rahmen eines ‚Sino-Austrian‘ Projekts gut gefördert. Die Stadt Graz unterstützt unser Laserprojekt. Dank des Eurasia Pacific Uninet gibt es einen intensiven Austausch von StudentInnen und GastärztInnen aus China. Bisher wurden im Rahmen der forschungsgeliteten

Lehre zwischen Graz und Peking an der Med Uni sechs Diplomarbeiten erfolgreich abgeschlossen. Wünschenswert wären in diesem Zusammenhang adäquate infrastrukturelle Förderungen sowie gezielte industrielle Vernetzungen.

**LPD:** Bietet die TCM Sparmöglichkeiten für unser Gesundheitssystem? Wird sie stärker darin einfließen?

**Gerhard Litscher:** Viele Wirkungen der TCM sind noch nicht geklärt, darum gibt es gewisse Vorbehalte. Wenn die TCM „Penicillin“ und die Akupunktur „Aspirin“ hieße, würden sie stärker eingesetzt, ohne alle Fragen bis ins Detail zu klären. 70 Prozent der ÖsterreicherInnen wollen eine ganzheitliche Medizin. Immer mehr MedizinerInnen bieten auch TCM zusätzlich an. Es gibt da einen wissenschaftlich fundierten Boom, der nicht nur eine Modeerscheinung ist. Wir erleben derzeit gleichsam eine „Modernisierung der traditionellen chinesischen Medizin“. China strebt die Anerkennung der Akupunktur als immaterielles Weltkulturerbe an. Davon könnte auch unser gesamter Gesundheitsbereich nachhaltig profitieren.

„Fire of life“ – keine mystische fernöstliche Heilpraktik, sondern die bildliche Darstellung einer Analyse der Schwankungen des Herzschlages, die strengsten naturwissenschaftlichen Anforderungen genügt. Wie die Arbeit von Prof. Litscher und seinem Team zeigt, kann damit auch die positive Wirkung der Akupunktur gegen Stresserkrankungen, wie etwa das Burnout-Syndrom nachgewiesen werden. Das 2007 vom steirischen Zukunftsfonds ins Leben gerufene Forschungszentrum für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) an der Med-Uni und KFU Graz unter der Leitung von Prof. Litscher und Prof. Rudolf Bauer arbeitet aber noch an vielen anderen Projekten zur besseren Nutzung der Synergien zwischen dem östlichen und dem westlichen Zugang zur Medizin.

**Landespressediens (LPD):** Wie ist das internationale Experiment für den Nachweis der Akupunkturreffekte abgelaufen?

**Gerhard Litscher:** An der China Academy of Chinese Medical Sciences in Peking wurden die Daten von PatientInnen während einer Akupunktur mit einem 24-Stunden-EKG aufgezeichnet, an uns übermittelt und in Graz analysiert. Wir konnten die positiven Effekte des Stimulationsverfahrens mit unseren wissenschaftlichen Methoden nachweisen. Die ‚Fire of Life‘™-Darstellung der Herzaktivität zeigt, dass sich diese im Falle eines Burnouts stark verringert und Akupunktur dem entgegenwirken kann. Bei diesem Experiment arbeiteten wir gleichsam in einem über 7.650 Kilometer ausgedehnten transkontinentalen Labor.

„Für China ist da die Zusammenarbeit mit der Med-Uni Graz besonders wichtig.“

Gastprofessorin Lu Wang vom TCM Forschungszentrum Graz

