

2. Steirischer Suchthilfekongress



Workshop 7

**NADA-Akupunktur, kontrollierter Konsum, ...: Zusammen-
arbeit bei „neuen“ Therapiezugängen in der Suchthilfe**

Workshop 7**NADA-Akupunktur, kontrollierter Konsum, ...:
Zusammenarbeit bei „neuen“ Therapiezugängen in der Suchthilfe**DDr. Thomas OTS, Verein für NADA-Akupunktur Österreich, www.nada-akupunktur.at

NADA-Akupunktur in Sucht und Psyche

NADA ist eine international tätige Organisation, die sich zum Ziel gesetzt hat, eine bestimmte Form der Ohr-Akupunktur als Behandlungsmethode für Menschen mit Abhängigkeitsstörungen und psychischen Problemen einzuführen.

Das Behandlungsverfahren der NADA – das „NADA Protokoll“ – kombiniert Ohrakupunktur mit einer strukturierten, nicht-ängstigenden Art des Behandlungsstils.

Es geht damit vor allem auf die besondere Problematik abhängiger oder psychiatrisch kranker Menschen ein.

NADA kann ein zusätzlicher „Anker“ in der Therapie sein, kann oft die Therapiefähigkeit erst herstellen.

NADA kann verdeutlichen: „Die Lösung steckt in dir drin.“

NADA kann auch nach dem Entzug stabilisierend sein.

Das NADA-Behandlungs-Protokoll eignet sich unter anderem:

- schon während des Gebrauchs von Alkohol und Drogen zur Stabilisierung des Patienten
- um überhaupt einen therapeutischen Zugang zu schwierigen Patienten zu bekommen
- als unterstützende Behandlung während der Entgiftung (Alkohol- und Drogenentzug)
- zur Symptomlinderung medikamentöser Nebenwirkungen
- zur Unterstützung während psychotherapeutischer Behandlung und Rehabilitation
- als Basisbehandlung psychiatrisch Kranker
- für alkohol- und drogenabhängige Schwangere
- zur Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit ADHS
- zur Unterstützung beim Zigarettenentzug
- zur Rückfallprophylaxe nach einer Entzugsbehandlung
- zur sofortigen erneuten Behandlung beim Rückfall – ambulant oder stationär.

Zusammenfassend: Das NADA Protokoll eignet sich für Ambulanzen, Kliniken, Drogen- und Alkoholberatungsstellen, Gefängnisse, Tageskliniken, gar Obdachlosenasylen und auch für Arztpraxen, sofern diese die besondere Art des Behandlungsstils herstellen können.

1. Die Wirkungen

Die typischen Wirkungen dieser Akupunkturbehandlung sind:

- Linderung von vegetativen Beschwerden im Entzug: z.B. Schmerzen, Übelkeit, Tränenfluss, innere Unruhe, Herzrasen, exzessives Schwitzen
- körperliche und seelische Stabilisierung
- verbesserte Konzentration bei gleichzeitiger Entspannung
- Reduktion von Ängstlichkeit
- Schlafregulation
- vermindertes Suchtverlangen (craving) bei sämtlichen Suchtstoffen

Insgesamt sind die Patienten nach Akupunktur weniger ängstlich, stabiler, stärker, wacher und aufmerksamer; sie halten mehr aus. Das wirkt sich positiv auf eines der Hauptprobleme der psychiatrischen und der Suchtbehandlung aus: auf die Konsistenz ihrer Motivation zur Behandlung. Schon die therapeutische Absicht, ein Suchtmittel zu entziehen, ängstigt suchtgestörte Patienten in einer Weise, die der Gesunde (Arzt oder Therapeut) kaum verstehen kann. Die Angst und das geringe Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten führen daher in konventionellen Suchtbehandlungen oft schon nach kurzer Zeit zum Therapieabbruch. Das ist teuer und für alle frustrierend.

Im NADA Protokoll wird daher Akupunktur vorteilhaft mit weiteren konventionellen suchtmmedizinischen und psycho-sozio-therapeutischen Elementen verknüpft. Erst dann erlangt Akupunktur auf diesem schwierigen Gebiet ihre volle Akzeptanz und Effektivität. Die Erfahrungen akupunktierender Suchthilfeeinrichtungen gehen regelmäßig dahin, dass erst die Kombination mit Therapie zu einer dauerhaften Stabilisierung der Patienten führt.

Es muss betont werden, dass es bei „Akupunktur in der Suchtmedizin“ nicht darum geht, in der Praxis einige Nadeln geschickt an die richtigen Stellen im Ohr zu bringen und zu hoffen, dass die Nadeln Wunder wirken. Gleichwohl haben die meisten erfahrenen „Suchtakupunkteure“ auch solche Patienten als wunderbare „Fälle“ in ihrer Erinnerung.

2. Das Behandlungssetting

Es hat sich gezeigt, dass im Umgang mit schwierigen, ängstlichen und ambivalenten Menschen einige Modalitäten im Behandlungsablauf von besonderer Bedeutung sind, damit diese Therapie angenommen wird und diese Patienten Vertrauen in die Behandlung entwickeln können. Ein klar definierter Rahmen, in dem die Akupunktur stattfindet, ist wichtig.

Folgende Elemente des NADA Protokolls haben sich als günstig für den Behandlungserfolg erwiesen:

- Die Behandlung findet in der Gruppe statt
- Die Patienten sitzen
- Die Behandlungszeiten liegen fest
- Die Atmosphäre im Behandlungsraum soll non-konfrontativ sein
- Jeder Patient wird akzeptiert
- Patienten dürfen auch ohne Nadeln im Raum sitzen (um mal zu sehen, was passiert)
- Die Behandlung sollte während der ersten beiden Wochen nahezu täglich stattfinden
- Die Patienten trinken täglich mehrfach einen Tee aus 6 Kräutern (Detox-Tee: schmeckt sehr angenehm und hat zugleich eine beruhigende Wirkung)
- Patienten haben die Möglichkeit zu Therapie und Beratung

Schwierige Patienten gewinnen Vertrauen, wenn sie merken, dass der Akupunkteur sie respektiert und handwerklich geschickt ist.

3. Die Akupunkturpunkte

Das Behandlungssetting nach dem NADA Protokoll benutzt ausschließlich Ohrakupunktur. Im Lincoln Hospital in New York wurde vom Psychiater Dr. Michael Smith in den 1970er Jahren eine einfache, aber effektive Punktkombination entwickelt. Es zeigte sich, dass sie den Patienten bei der Entgiftung von Alkohol, Heroin, Methadon, Crack, Kokain, Benzodiazepinen, Amphetaminen und auch Cannabis half und dass viel mehr Patienten im konventionellen Behandlungsprogramm (Entgiftung/ Therapie/ Rehabilitation/ Selbsthilfegruppe) blieben, die wiederholt an Ohrakupunktur teilgenommen hatten.

Die fünf Ohr-Akupunkturpunkte des NADA-Protokolls:

Shen Men
Vegetativum I (Sympathicus)
Niere
Leber
Lunge



Die Punktkombination hat sich in sehr vielen psychiatrischen und suchtmmedizinischen Behandlungsprogrammen auf der Welt bewährt. Sie ist für den Patienten leicht zu tolerieren, sie ist für Ärzte, Krankenschwestern oder Therapeuten leicht zu erlernen und einfach anzuwenden. Ohrakupunktur ist risikoarm und zeigt oft eine unmittelbare Wirkung beim Patienten schon während der Behandlungssitzung. Besonders erschöpfte Patienten schlafen oft nach wenigen Minuten ein, um nach etwa einer halben Stunde wieder aufzuwachen.

Die Erfahrung lehrt, dass nach der ersten oder vor der zweiten oder dritten Behandlung ein Patientengespräch wesentlich sinnvoller wird, weil der Patient dann „klarer“ und aufnahmefähiger ist. Akupunktur führt damit zur besseren Diagnostik durch den Arzt.

4. Chinesische Medizin: Behandlung von „Leere Feuer“

Die meisten chronischen Alkohol- oder Drogenkranken zeigen Symptome von überschießender Aktivierung des N. Sympathicus, sowohl im täglichen Leben wie in der Entzugsbehandlung: Schlafstörungen, Schwitzen, Übelkeit, Erbrechen, diffuse Schmerzen, Muskelzittern, extreme innere Unruhe, zeitweilig übermäßige Aggressivität, Ängstlichkeit, nicht selten sehr viele Worte (manchmal wirre Sprache). Diese Symptomatik wird in der Chinesischen Medizin mit der treffenden Metapher „Leere Feuer“ bezeichnet: ein Feuer, das nicht wärmt.

Der Grund für die überschießende, oft exzessive Symptomatik liegt regelmäßig in einer Schwäche des Patienten, in einer Leere und nicht in einer Fülle. Die YIN-Struktur und die YIN-Funktionen (gemeint sind hier die stofflichen Grundlagen, die Substanz) verschiedener Organe/ Funktionskreise werden – je nach individuellem Fall – durch den chronisch chaotischen Lebensstil, den chronischen Konsum der Stoffe, den Verlust von Strukturen (Familie, Arbeit, soziale Bezüge, Wohnung), den Ernährungsmangel nach und nach geschwächt. So finden wir insgesamt eine Schwäche von YIN-Funktionen: vor allem der ruhige, innere Tonus geht den Menschen verloren.

Akupunktur hat hier die Funktion, die Person zu stärken und nach und nach Stagnieren wieder in Bewegung zu bringen, um Veränderung und Entwicklung zu ermöglichen. Das ist regelmäßig das, was geduldige Akupunkteure und Therapeuten bei ihren Patienten sehen: Akupunkturkunst als „Hebamme der Seele“, wie Michael Smith das in seinem Vortrag während der NADA-Konferenz 2003 in Hamburg ausdrückte.

5. Die Wichtigkeit der Struktur

Die NADA Behandlung ist von ihrem Ansatz her eine YIN Behandlung. Was heißt das? Die Behandlung zielt auf die Schaffung von Strukturen. Das Setting hat einfache Regeln, die der Patient einhalten kann. Das stärkt ihn. Er sitzt, er darf Kontrolle behalten anstatt zu liegen und sich hingeben zu müssen, er kommt zu festen Zeiten. Ruhe, Struktur und Ausgeglichenheit während der Akupunktur. Der Patient fühlt, dass es ihm schon während der Akupunktur besser geht, ohne dass ein „Stoff“ in ihn hineingekommen ist. Typische Frage: „Was war dran an der Nadel?“

Die Gruppe ist eine starke, natürliche Struktur, in die sich der Patient leicht integ-

rieren kann, wenn er nicht zu früh durch Worte und Fragen konfrontiert und abgeschreckt wird, bevor die wiederholte Akupunktur überhaupt eine ausgleichende Wirkung zeigen kann. Das Ziel ist nicht Beruhigung, nicht Sedierung oder nur die Reduktion von Symptomen, sondern das Ziel ist die bessere Stabilität und Stärkung der Person, den eigenen ruhigen inneren Tonus wieder zu finden. Der Patient soll wacher und aufmerksamer sein. Das Ziel ist z.B. aushalten können von Blicken, von Worten, von Therapie, einer anderen Person, von Konfrontationen, oder es mit sich selbst aushalten können. Das Ziel ist, zunächst am Dealer, an der Kneipe vorbei gehen zu können und danach sogar Therapie aushalten zu können. Das heißt, Vergangenheit bewältigen zu können und sich auf die Zukunft vorzubereiten.

Wenn das YIN gestärkt wird, werden überschießende YANG Symptome schwächer.

6. Schlussbemerkung

Das NADA Protokoll ist ein Behandlungskonzept, das Akupunktur und konventionelle therapeutische Elemente verbindet. Es ist einfach und effektiv und kann leicht in alle konventionellen psychiatrischen, psychotherapeutischen und suchtmmedizinischen Behandlungskonzepte integriert werden.

Der besondere non-konfrontative Behandlungsstil und die Einfachheit der Ohrakupunktur sollen es auch schwierigen, ambivalenten Patienten ermöglichen, regelmäßig und wiederholt an Akupunkturbehandlungen teilzunehmen.

Das NADA Protokoll wird immer häufiger als ernsthaftes Element täglicher Behandlung in ambulanten und stationären Einrichtungen, die psychisch Kranke und Suchtkranke zu versorgen haben, eingesetzt – längst nicht nur mehr zur therapeutischen Detoxifikation bei Suchtkranken.

Adaptiert nach einem Originalartikel von Dr. med. Ralph Raben, Vorsitzender NADA Deutschland: Einführung in die Ohrakupunktur nach dem NADA Protokoll. In: Baudis Rainer, ed. Punkte der Wandlung – Suchtakupunktur nach dem NADA Protokoll. Rudersberg: Verlag für Psychologie, Sozialarbeit und Sucht; 1999: 16-37

Kontakt:

DDr. Thomas Ots, Obmann NADA-Austria,
St. Peter Hauptstr. 31
A-8042 Graz
Tel: 0316-42 48 23
ots@daegfa.de