

Hella von Campenhausen,
Ingrid Uta Krause

ORIGINALIA

Akupunkt-Massage nach Penzel: die sanfte Alternative bei Migräne

Terminologie

Das Wort Migräne ist abzuleiten aus dem mittellateinisch-griechischen Begriff *hemigranium*, was übersetzt *halber Kopf* bedeutet, womit das klassische Merkmal der einfachen Migräne, der einseitige Kopfschmerz, umschrieben wird.

Differenzierungen der Migräne-Formen

- **Einfache Migräne:** anfallsartiger, meist periodisch auftretender, einseitiger Kopfschmerz ohne neurologische Funktionsstörungen
- **Klassische Migräne:** kurzzeitig neurologische Funktionsstörungen, Flimmerskotom, Gesichtsfeldeinschränkung, Schwindel, Sensibilitäts- und Sprachstörungen, sowie vegetative Reiz- und Ausfallserscheinungen in Begleitung von Übelkeit und Erbrechen
- **Migraine accompagnée:** in zeitlichem Zusammenhang auftretende Migräne (hormonelle Migräne, Stress-Migräne, Wochenend-Migräne, Klima/Wetter bedingte Migräne)
- **Migraine digestive:** in der Verdauungsphase beginnende Migräne mit bitterem Geschmack
- **Migraine ophthalmique:** plötzlich einseitige Sehstörungen mit Durchblutungsstörungen der Sehrinde und Halbseitenkopfschmerz
- **Migraine rouge:** Cluster-Kopfschmerz: halbseitige Schmerzen im Augen- und Schläfenbereich mit auffallender Gesichts- und Augenrötung

Zusammenfassung

Die Akupunkt-Massage nach Penzel, kurz APM nach Penzel, ist eine eigenständige, nicht invasive Behandlungsform. Sie ist eine Alternative oder sinnvolle Ergänzung zur Akupunktur. Das Arbeitsprinzip beruht auf der klassischen Energielehre der Traditionellen Chinesischen Medizin, dem Regelwerk der Oppositions-Meridiane und der Auriculotherapie nach Nogier. Die Behandlung richtet sich ausschließlich nach der Aktualitätsdiagnose in Bezug auf die momentane Energieverteilung im Schmerzgebiet und erfolgt in Form einer Meridianmassage. Bestandteile sind zusätzlich die energetisch-physiologische Wirbelsäulenbehandlung, die Narbenpflege nach Penzel und die Lehre der Fünf-Wandlungs-Phasen.

Schlüsselwörter

Akupunkt-Massage, Penzel, APM, Energiefluss-Störung, Energiekreislaufsystem, Meridianmassage, Oppositionsmeridiane

Abstract

Acupoint-massage according to Penzel (APM), a treatment without needles, based on the principles and rules of the traditional Chinese medicine and auriculotherapy according to Nogier. APM is only done effectfully after an actual diagnosis of the distribution of energy. The „energetic“ examination is necessary, in order to clarify, which meridians or meridional groups do not show enough flowing control energy. After the meridians lacking energy have been refilled with the help of the small therapy rod, which is moved over the meridians with massage-like movements and slight pressure. The meridian-therapy according to Penzel is a regulation-therapy.

Keywords

Acupoint-massage, Penzel, energy-disturbance, energetic examination, meridiantherapy, rule of opposition

- **Migraine zervikale:** durch Fehlstatik der Halswirbelsäule bedingte einseitige, anfallsartige Durchblutungsstörung, okzipitaler Kopfschmerz mit Schwindel und Hörstörung

Migräneursachen ausgeschlossen werden können.

Bei der Behandlung der Migräne unterscheidet man zwischen der Therapie im Migräneanfall und den Anwendungen im schmerzfreien Intervall. Die Akuttherapie beinhaltet üblicherweise krampflösende, durchblutungsfördernde und schmerzlindernde Medikamente. Zusätzlich sorgt man für eine Verminderung der möglichen Migräne auslösenden Faktoren, wie z.B.

Therapie und Medikation

Jede Migräne und jeder migräneartige Kopfschmerz muss zunächst neurologisch abgeklärt werden, damit raumfordernde Prozesse oder Aneurysmen als mögliche

Genussmittel, Duftstoffe, optische und akustische Reize.

Um die vielschichtigen Krankheitsursachen der Migräne erkennen und individuell behandeln zu können, kann ein sogenanntes „Migräne-Tagebuch“ des Patienten sehr hilfreich sein:

- Seit wann besteht die Migräne?
- Gibt es Zuordnungen mit anderen Geschehen (Sozialanamnese)? Geburt, Menstruation, Klimakterium, Unfall, Operation, aber auch Trennung, Scheidung, Tod, Arbeitsplatzverlust etc.
- Besteht ein Zusammenhang zwischen dem Migräneanfall und Wetterwechsel, Wind, speziellen Nahrungsmitteln oder anderweitigen Umständen?
- Wo ist der Hauptschmerz? Schädelmittle im Bereich des Scheitels, Haaranatz und/oder Stirn, laterale Kopfpartie „Schmerz rund um das Ohr“, „hinter den Augen“ – Begleiterscheinungen des Migräneanfalls (Augenflimmern, Erbrechen, Licht- und Lärmempfindlichkeit, Schwindel, Seh- oder Hörstörungen etc.)
- Wie ist der Schmerzcharakter? Hämmend, stechend, klopfend, pulsierend?

In den migrärefreien Intervallen sollte eine individuelle Betreuung unter Berücksichtigung des Schmerz-Tagebuches des Patienten erfolgen. Die häufig anzutreffende Übersäuerung des Migränepatienten lässt sich über die Darmsanierung, Colon-Hydro-Therapie und eine Ernährungsumstellung beeinflussen. Zusätzlich können durchblutungsfördernde Maßnahmen

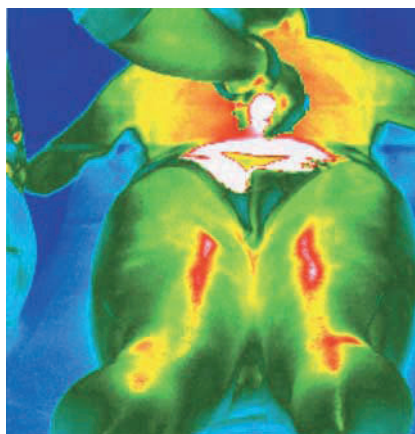


Abb. 1: Darstellung des Blasen-Meridians nach Moxibustion im Rückenbereich.

(Massagen und Gymnastik) und Entspannungstechniken (Autogenes Training, Tai-Chi, Qi-Gong) hilfreich sein.

Migräne aus energetischer Sicht – Grundlagen der APM-Massage

Die Akupunkt-Massage nach Penzel (APM) ist eine eigenständige, nicht invasive Behandlungsmethode, die sowohl die klassische Energielehre als auch das Regelwerk der Traditionellen Chinesischen Medizin beinhaltet und in Form einer Meridianmassage zur Anwendung gebracht wird.

Meridiannachweis

Der Meridiannachweis konnte mit unterschiedlichen messtechnischen Verfahren erbracht werden. Dr. Jean-Claude Darras, Paris, injizierte ein Radionuclid als Tracersubstanz in bekannte Akupunkturpunkte, „Placebo-Punkte“, Lymphgefäße und Venen. Mittels Szintigrafie-Technik konnten anhand der unterschiedlichen Verlaufsformen und Ausbreitungsgeschwindigkeiten des Radionuclids eine eindeutige Zuordnung und Darstellung der Meridiane erfolgen.

Prof. Dr. Dr. Fritz-Albert Popp, Neuss, und sein Team konnten mithilfe moderner Infrarot-Thermographie das Meridiansystem darstellen. Man brachte hierbei eine Wärmequelle, eine angezündete Moxibustions-Zigarre, in die Nähe eines bekannten Akupunkturpunktes. Die Wärmeausbreitung ergab eine weitgehende Übereinstimmung mit den bekannten Abbildungen der traditionellen Meridianzeichnungen (Abb. 1).

Grundlagen der Energielehre

Das Energiekreislaufsystem wird aus den zwölf Hauptmeridianen einer Körperseite und den beiden übergeordneten Gefäßen (Konzeptionsgefäß und Gouverneurgefäß) gebildet, die exakt entlang der Körpermitte ziehen. Über die Hauptmeridiane mit den Verzweigungen zu den Organen bis hin zu jeder Körperzelle, werden sämtliche Körper- und Organsysteme bedarfsgerecht energetisch versorgt.

Gesundheit und Krankheit aus energetischer Sicht

Die gesamte Energiemenge, die dem Körper zur Verfügung steht, ist eine relative Konstante, die als Yin/Yang-Monade üblicherweise dargestellt wird (Abb. 2). Wenn genug Energie vorhanden ist und die Energie gleichmäßig fließen kann, dann ist die physiologische, energetische Versorgung aller Körper- und Organsysteme gewährleistet. Bei einem gesunden Organismus besteht zwischen Yin und Yang ein harmonisch-dynamisches Fließgleichgewicht. Eine Veränderung innerhalb der Monade hat stets zwei unterschiedliche Erscheinungsformen: Energiefülle im Yang-Anteil bedingt einen Energiemangel im Yin und umgekehrt (Abb. 3 und 4). Aus energetischer Sichtweise ist der anfallsartige, halbseitige Kopfschmerz und

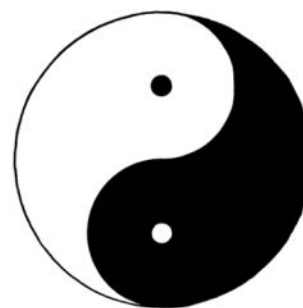


Abb. 2: Gesundheit ist die harmonische Verteilung der beiden Energiequalitäten.



Abb. 3 und 4: Krankheit ist Ausdruck einer Disharmonie von Yin und Yang.

auch jede andere Migräneform grundsätzlich Ausdruck einer Disharmonie der beiden Energiequalitäten von Yin und Yang. Dieses energetische Ungleichgewicht zeigt sich auch im Energiekreislaufsystem in Form von Energiefülle und Energiemangel. Beide energetischen Zustände treten zeitgleich auf und bedingen die symptomreichen Begleiterscheinungen der Migränearten.

Migräne als Ausdruck einer Energiefluss-Störung

Energiefluss-Störungen können beispielsweise durch Narben unterschiedlichster Genese entstehen, z.B. nach Operationen (auch endoskopische Eingriffe), Impfung (Pockenimpfung), nach Entbindungen (Dammriss, Dammschnitt, Kaiserschnitt), nach Unfällen, Bagatellverletzungen („Hausfrauen- und Heimwerker“-Verletzungen an der Hand), Zahnextraktionen und vieles mehr. In Ergänzung zum „Migräne-Tagebuch“ erleichtert eine umfassende Narbenanamnese und die Überprüfung der Wirbelsäule die energetisch-ganzheitliche Befundung.

Gelenkblockierungen, vor allem im Iliosakralgelenk, und Fehlstellungen der ersten beiden Halswirbel, Atlas und Axis, sind neben den Narben die hauptsächlichsten Ursachen, die den Energiefluss in den Meridianen irritieren und bei entsprechender Disposition den Symptomenkomplex Migräne auslösen können.

Die energetische Diagnose

Vor jeder Behandlung mit Akupunktur-Massage nach Penzel muss der **energetische Tagesbefund** erstellt werden.

Fragestellung 1: Beruht der Schmerz heute auf einer Energiefülle oder einem Energiemangel?

Fragestellung 2: Wie ist der energetische Zustand des einzelnen Meridians, der in direktem Bezug zum Schmerzgebiet steht?

Auch wenn die einfache Migräne auf eine Störung im Gallenblasen-Meridian oder der Cluster-Kopfschmerz auf den Magen-Meridian hinweist, sollten sämtliche

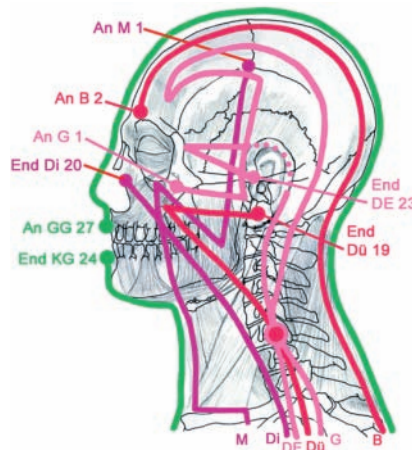


Abb. 5: Meridianverläufe am Kopf.

Meridiane, die den Kopf energetisch versorgen (Abb. 5), überprüft werden.

Test über die Oppositions-Meridiane

Mit der „Mittag-Mitternacht-Regel“ oder auch „Regel der Oppositions-Meridiane“ lassen sich sowohl sämtliche Meridiane als auch Organe überprüfen, sofern der Patient zum Zeitpunkt der Behandlung Schmerzen aufweist und eine Schmerzveränderung zum Ausdruck bringen kann. Der Energiestern ist die grafische Gestaltung des Energiekreislaufsystems (Abb. 6). In Opposition findet man stets einen Yin- und einen Yang-Meridian, die sich in der Sterndarstellung gegenüber stehen. Somit wird der Gallenblasen-Meridian mit dem Herz-Meridian getestet. Tonisiert man den Tonisierungspunkt auf dem Herz-Meridian, wird Energie aus dem Gallenblasen-

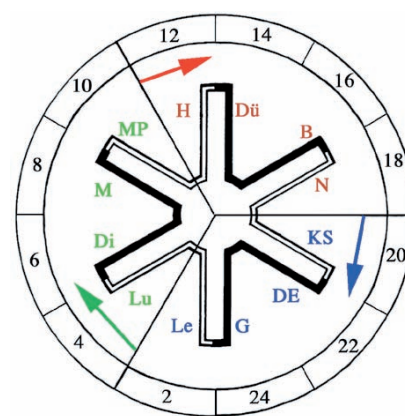


Abb. 6: Der Energiestern: Die Regel der Oppositions-Meridiane grafisch dargestellt.

in den Herz-Meridian verlagert. Verbessert sich darauf hin das subjektive Schmerzempfinden, weist dies auf einen Energiefülle-Schmerz im Gallenblasen-Meridian hin. Wird der Schmerz dagegen stechender und aggressiver, beruht der Schmerz auf einem Energiemangel. Analog dieser Arbeitsweise wird jeder den Kopf energetisch versorgende Meridian mit dem Tonisierungspunkt seines Oppositions-Meridians überprüft.

VAS-Test nach Nogier

Mit etwas Einfühlungsvermögen lässt sich anhand der Verschiebung der Pulswelle der energetische Befund erstellen (Abb. 7). Man bringt den Südpol des Magnethämmerchens in das Energiefeld des zu testenden Meridians, ohne die Haut zu berühren, und achtet dabei auf die Pulswelle. Verschiebt sich die Pulswelle aus der Mittelposition in Richtung Ellenbeuge, befindet sich der Meridian in einem Füllezustand. Bei einem Energiemangel „hüpft“ der Puls in Richtung Handfläche.

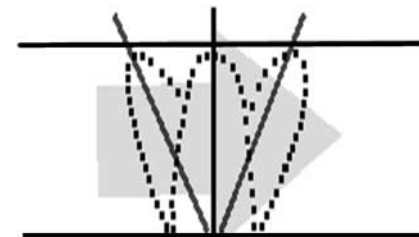


Abb. 7: VAS-Test, die Verschiebung der Pulswelle.

Test über die Reflexzonen der Ohrmuschel

Die Erkenntnisse von Paul Nogier über die Reflexzonen der Ohrmuschel, modifiziert nach Johannes Müller, lassen sich sehr einfach und effizient in die energetische Diagnostik integrieren (Abb. 8). Auch wenn der Migränepatient am Tag der Untersuchung keine überschwelligeren Problematiken aufweist, werden die Kopfzonen am Lobulus oder am Antitragus schmerzhaft reagieren: Druckdolente Areale am Lobulus sind Ausdruck einer Energiefülle-Problematik in den entsprechenden Meridianen am Kopf, schmerzhaft

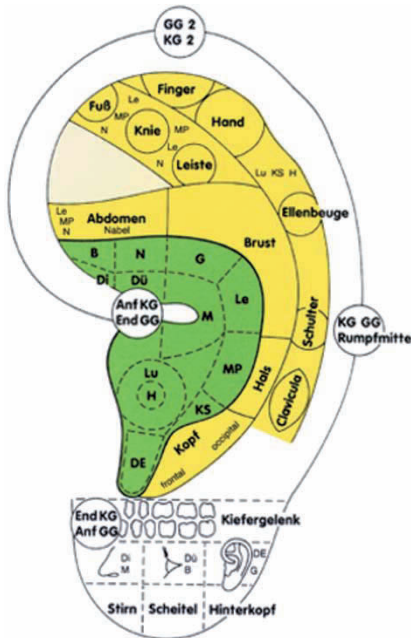


Abb. 8: Reflexzonen der Ohrmuschel.

nen auf dem Antitragus weisen dagegen auf einen Energiemangel hin.

Behandlungsaufbau

Bei der Akupunkt-Massage nach Penzel erfolgt die Behandlung mit leicht tonisierendem Reiz entlang der Meridiane, die einen überwiegenden Energiemangel aufweisen. Das heißt, der Migränepatient mit seiner Schmerzproblematik auf der Basis einer Energiefülle der Yang-Meridiane, wird schmerzfernt über die Yin-Meridiane therapiert. Beruht die Migräne auf

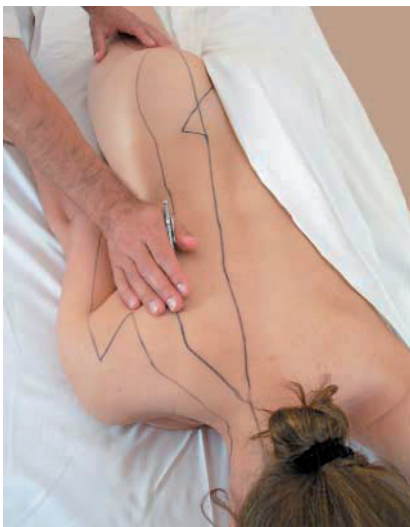


Abb. 9: Darstellung der SAM-dorsal-Behandlung.

einem Energiemangel in den Yang-Meridianen des Kopfes, erfolgt die Therapie über die Yang-Meridiane.

Mit sanftem Druck streicht man vom Anfangs- bis zum Endpunkt der entsprechenden Meridiane, bis man auf der Haut eine klare, rote Linie erkennt (Abb. 9). Der tonisierende Reiz im Yin-Versorgungsgebiet hat eine sedierende Wirkung auf die Yang-Meridiane und umgekehrt. Die Energiefülle wird vermindert, der Energiemangel aufgehoben.

Diese sogenannte Spannungs-Ausgleichs-Massage (SAM) entlang der energetisch unterversorgten Meridiane führt zu einer Regulation im gesamten Energiekreislaufsystem des Körpers. Im Zwei-Stunden-Rhythmus können spürbare Reaktionen auftreten, etwa Schweißausbrüche, Frösteln, Unwohlsein, kurzzeitige anderweitige Schmerzen, vermehrter Harnrang, bei Frauen Zwischenblutungen, bei Kindern erhöhte Körpertemperatur. Diese Reaktionen zeigen, dass der Körper eine Reizbeantwortung vornimmt und weisen häufig auf die tatsächliche Blockade im Energiekreislaufsystem hin. Reagiert der Patient auf mehrere SAM-Behandlungen, die sogenannte Zwei-Teilung des Energiekreislaufsystems, z.B. mit Unwohlsein, Durchfall und Verdauungsproblemen, so überprüft man zusätzlich die entsprechenden Organzonen in der Concha des Ohres oder erstellt einen energetischen Organbefund über die Pulsdiagnostik der TCM. Bevor man allerdings über die klassische Elementenlehre auf die Organe Einfluss nimmt, sollte die Wirbelsäulenstatik überprüft werden.

Blockierungen im Iliosakralgelenk als mögliche Ursache der Energiefluss-Störung

Die Wirbelsäule wird energetisch vom Blasen-Meridian versorgt. Der Blasen-Meridian beginnt am inneren Augenwinkel, zieht zwei Querfinger lateral der Schädelmitte über den Kopf. In Höhe des siebten Halswirbels teilt sich der Meridian in einen äußeren und einen inneren Ast. Auf dem inneren Ast befinden sich die Zustimmungspunkte, die einen direkten Einfluss

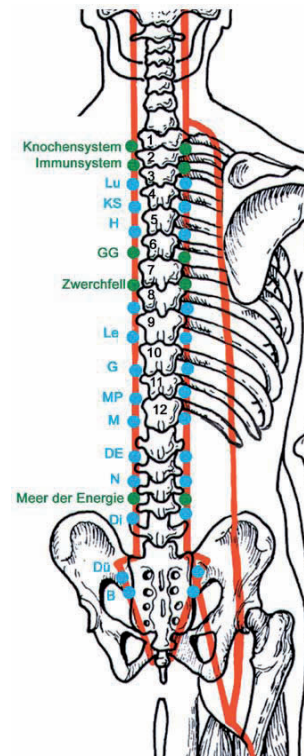


Abb. 10: Das Versorgungsgebiet des Blasen-Meridians im Rückenbereich mit den Zustimmungspunkten.

auf das entsprechende Organ haben. Im weiteren Versorgungsgebiet des Blasen-Meridians befindet sich das Iliosakralgelenk (Abb. 10). Eine Beckenfehlstellung kann somit Organirritationen und auch Migräne zur Folge haben. Nach der Grundregulation über das Meridiansystem erfolgen die üblichen orthopädischen Untersuchungstechniken (Test nach Derbolowski, Test nach Piédallù und Palpation der Beckenstellung) zur Überprüfung der Iliosakralgelenke. Bei der Akupunkt-Massage nach Penzel wird die Blockierung ausschließlich mit energetischen Reizen über das Meridiansystem und sanftem Rollschwingen beeinflusst.

Paravertebrale Restschmerzen werden durch nicht invasive Punktstimulationen lokal sediert oder kontralateral tonisiert. Sind beide Zustimmungspunkte eines Organs druckschmerzhaft, kann man die Energiefülle gemäß der Mittag-Mitternacht-Regel in das Oppositions-Organ leiten bzw. über die klassische Fünf-Elementen-Lehre abbauen. Die Punktstimulation erfolgt üblicherweise mit Druck, Vibration, Wärme oder Farblichtbestrahlung.

Im Rahmen der energetisch-physiologischen Wirbelsäulentherapie wird auch die Atlasposition überprüft. Fehlstellungen der oberen Halswirbel stehen häufig in direktem Bezug zum Migräneschmerz. Allerdings werden bei der Akupunkt-Massage nach Penzel keine manipulativen Techniken eingesetzt. Die Behandlung der Atlasfehlstellung erfolgt über punktuelle Vibrationsreize im Bereich des Atlas, kombiniert mit Atemtechnik.

Störfeld Narbe als mögliche Migräne-Ursache

Die Störfeldbehandlung mit Procain ist fester Bestandteil in der komplementären Medizin. Aus ganzheitlicher Sicht muss auch eine APM-Behandlungsserie eine umfassende Narbeninspektion und Überprüfung aller Narben beinhalten. Bei der Narbenanamnese hat der Patient meistens nur einen Teil seiner Narben angegeben. Jede Narbe, unabhängig davon wie alt diese ist und wodurch sie entstanden ist, kann den gesamten Energiekreislauf stören. Es sind nicht immer die großen, auffälligen Narben, sondern auch die kleinen Vernarbungen nach Bagatell-Verletzungen, die Energiefluss-Störungen verursachen können! Bei weiblichen Migränepatienten besteht häufig ein Zusammenhang zwischen Geburtsnarben, endoskopischen Eingriffen durch den Bauchnabel und dem Krankheitsgeschehen. Bei der Sectio-Narbe wer-

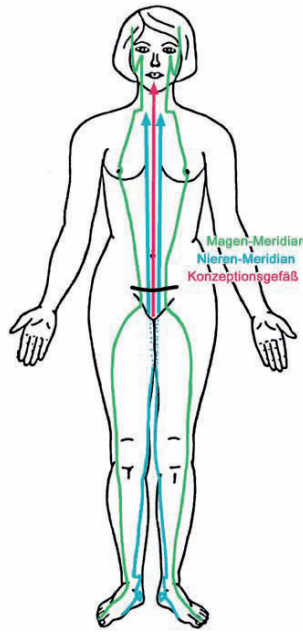


Abb. 11: Sectio-Narbe in Bezug zu den versorgenden Meridianen.

den z. B. Magen- und Nieren-Meridian und das Konzeptionsgefäß durchtrennt (Abb. 11). Der Sensibilitätstest im Narbenbereich, im Vergleich mit analogem „gesunden“ Gewebe ohne Narben, gibt Auskunft, ob eine Störung vorliegt. Druckdolente Areale der Narben weisen auf eine Energiefülle, taube Zonen auf einen Energiemangel hin. Bei der nicht invasiven Therapie mit den Mitteln der APM werden energieleere Narbenbereiche lokal tonisiert. Zusätzlich aktiviert man Teilbereiche der Meridiane, die Energie zur Narbe hinführen. Bei der schmerz-

haften Narbe erfolgen die Reize über die von der Narbe weiterleitenden Meridiane. Lokale, druckdolente Punkte auf der Narbe werden sediert.

Auch die Pocken-Impfnarben sollten bei der allgemeinen Narbeninspektion überprüft werden, die meist im Verlauf des Meridians Drei-Erwärmer auf dem Delta-Muskel oder im Bereich des Gallenblasen-Meridians am Oberschenkel zu sehen sind. Sowohl der Drei-Erwärmer als auch der Gallenblasen-Meridian versorgen die lateralen Schädelanteile. Des Weiteren hat der Drei-Erwärmer-Meridian, wie der Name schon sagt, Einfluss auf die drei Brennkammern des Körpers, die den Stoffwechsel und die hormonelle Steuerung regulieren.

Fazit

In der Schmerz- und Migränebehandlung hat sich die APM nach Penzel seit Jahrzehnten bewährt. Sowohl die mechanischen Krankheitsursachen der Migräne, Gelenkblockierungen und Narbenstörfelder, als auch die psychosomatisch erklär- baren Gefäßreaktionen mit zerebralen Durchblutungsstörungen lassen sich über die Energielehre nachvollziehen und gezielt beeinflussen. Die APM nach Penzel bietet mit ihrer Meridianmassage und der Störfeldbehandlung eine wertvolle Ergänzung zu den schulmedizinischen Therapiemethoden.

Literatur

- [1] Chavanne H: Akupunkt-Massage nach Penzel – prinzipielle diagnostische und therapeutische Aspekte einer modernen Behandlungsmethode auf klassischen Grundlagen, EHK 1996; 45 (1): 29–35
- [2] Darras J-C, di Vernejoul A: Isotopische Verdeutlichung der Akupunkturlinien. DZA 1992;
- [3] Flöter T: Gemeinsam gegen den Schmerz. Aino-Verlag; 1998
- [4] Franke A, Brockow T: Akupunktmassage nach Penzel versus klassische Teilmassage und Einzel- versus Gruppengymnastik bei chronischen Rückenschmerzen – eine randomisierte, kontrollierte klinische Studie in 2x2-faktoriellem Design. Forschende Komplementärmedizin und Klassische Naturheilkunde 2000; 7: 286–293
- [5] Kalbantner-Wernicke K, Müller J, Tetling C, Waskowiak A: Handbuch Reflextherapie. Heidelberg: Springer; 2005
- [6] Köhls G: So hilft mir die Akupunkt-Massage nach Penzel. Stuttgart: Haug; 2001
- [7] Maciocia G: Die Grundlagen der Chinesischen Medizin. Verlag Erich Wühr; 1994
- [8] Nogier R: Einführung in die Auriculomedizin. Heidelberg: Haug; 1994
- [9] Penzel W: S.A.M. Spannungs-Ausgleich-Massage. 20. Aufl. Penzel-Verlag; 2005
- [10] Penzel W: Energielehre. 12. Aufl. Penzel-Verlag; 2004
- [11] Penzel W: Energetisch-physiologische Wirbelsäulenbehandlung. 10. Aufl. Penzel-Verlag; 2006
- [12] Schlebusch K-D, Maric-Oehler W, Popp F-A: Biophotonik beweist erstmals Meridianstruktur (Leitbahnen-Struktur der Akupunktur) auf der Körperoberfläche. EHK 2004; 53 (10): 619–622
- [13] Rist CE, Mitznegg P: Deutliche Verbesserung der gesundheitsbezogenen Lebensqualität nach Akupunkt-Massage nach Penzel. Co'med 2004; (4)
- [14] Strothauer M: Akupunkt-Massage nach Penzel. Die energetisch-physiologische Behandlung des Bewegungsapparates. Penzel-Verlag; 2004
- [15] Ullrich MA: Migräne und Trigeminus-Neuralgie sind heilbar. 2. Aufl. Wolfand-Verlag; 2006

Korrespondenzadresse

Dr. med. Hella von Campenhausen
Ärztin für Naturheilverfahren

Ingrid Uta Krause
Masseurin und Heilpraktikerin
Willy-Penzel-Platz 1–8,
37619 Heyen bei Bodenwerder
Tel. 05533/97370,
Fax 05533/973767
E-Mail:
Ingrid.Krause@apm-penzel.de
www.apm-penzel.de