© euregiocontent / stock.adobe.com, stadtrat / stock.adobe.com, Friedberg / stock.adobe.com

Stress/Psyche/Körper

Liebe DZA-Redaktion, lieber Chefredakteur, lieber Tom!

Erstmals Gratulation zu dieser gelungenen Ausgabe der DZA! Stress/Psyche/Körper ist in Zeiten von BIO-psycho-sozialer Medizin ein zeitgerechtes, interessantes und brisantes Thema, das in dieser Ausgabe hervorragend behandelt wurde.

Als psychosomatisch/psychotherapeutisch arbeitender Akupunkturarzt und Allgemeinmediziner spricht mir dieser Praxis-Schwerpunkt von der Seele. Meine Erfahrung in Bezug auf Akupunktur und Parasympathikusstimulation (Sroka) ist, dass durch die heutige Anforderung an unsere Gesellschaft die Überaktivierung vom Sympathikus (z. B. Le-Qi-Station) mit all ihren Symptomen im Vordergrund steht. Somit ist für mich die Stimulation des Parasympathikus durch den Nadelstich der Hauptbestandteil des Therapieerfolges im Akupunktursetting.

Als Anmerkung zur Fallgeschichte im Artikel von Sroka: Der Herzpatient ist durch seine Vorgeschichte für die pectanginösen Beschwerden sensibilisiert worden. Engegefühl und Schmerzen am Brustkorb werden auch oft von AngstpatientInnen beschrieben. Auch wenn die biologische Ursache bereits operativ behoben wurde, können persönliche Betreuung, aktives Zuhören, ernstgenommen werden etc. im Fall der Re-Symptomatik bereits einen heilsamen Effekt haben. Von diesem integrativen Ansatz, wie ihn auch Röbe beschreibt, bin ich schwerstens überzeugt. In meiner Ordination versuche ich die Akupunktur als körperbasier-

te Therapieform mit psychotherapeutisch orientierten Gesprächen zu kombinieren.

Das Bio-Psycho-Soziale Modell sollte meiner Meinung nicht nur im Verständnis der Krankheitsentstehung immer mehr Einzug finden, sondern standardmäßig auch im therapeutischen Setting angewendet werden. Zum Schluss, lieber Tom, danke für deinen schönen Artikel zum gestresst-sein oder sich selber stressen, gerade weil es mir persönlich nicht immer leicht fällt, Stress und Eile zu differenzieren. Ich übe mich in Langsamkeit und Selbstfürsorge.

Herzliche Grüße,

Paul Ziller, Graz

Erwiderung

Lieber Paul,

es freut mich besonders, dass die DZA aus meiner Heimatstadt ein Lob erhält. Vielen Dank! Nicht nur Schauspieler, auch Redakteure erhalten gerne Applaus – aber auch Kritik –. Ich hoffe, dass Dein Leserbrief weitere Leser und Leserinnen dazu ermutigt, sich an uns zu wenden – und sei es nur eine kurze Notiz. Gespräch, Auseinandersetzung, Kritik und Lob beleben und bereichern.

Herzlichst

Tom Ots

Deutsche Zeitschrift für Akupunktur

2019 • 62 (2): 149

<https://doi.org/10.1007/s42212-019-0177-5>

Online publiziert: 23. April 2019

© Springer Medizin Verlag GmbH, ein Teil von Springer Nature 2019