

**Dr. phil. Anne Hardy, Heilpraktikerin**

Mitglied der AGTCM

**Praxis für klassische chinesische Medizin**

Schifferstrasse 59, 60594 Frankfurt

Tel.: 0151-68184721

www.akupunktur-hardy.de

## **Hinweise für Patientinnen und Patienten**

Die **fünf Säulen der Heilung** in der chinesischen Medizin sind:

1. Lebensstiländerungen
2. Bewegung, Atem, Körpergefühl
3. Ausgewogene Ernährung
4. Akupunktur
5. Kräutertherapie

Daraus ergibt sich, dass die Therapie umso wirkungsvoller ist, je mehr die Patientin/der Patient sich aktiv an dem Heilungsprozess beteiligt. So hat eine stärkende Akupunktur nur wenig Sinn, wenn der Patient sich anschließend bis an die Leistungsgrenze verausgabt. Eine Kräutertherapie setzt die regelmäßige Einnahme der Kräuter voraus und geht Hand in Hand mit einer Typ-gerechten Ernährung. Für die Chinesen gehört die richtige Ernährung zusammen mit einem ausgeglichenen Wechsel von Ruhe und Bewegung/ Schlaf und Arbeit zu den wichtigsten gesund erhaltenden Maßnahmen.

Als Therapeutin für klassische chinesische Medizin berate und unterstütze ich Sie fachgerecht zu den drei ersten Säulen. Ich stelle meine Expertise in Akupunktur und Kräutertherapie in den Dienst Ihrer Heilung und übernehme die Verantwortung für den therapeutischen Prozess. Der Wille zur Heilung und der feste Entschluss, dafür selbst etwas zu tun, kann nur von Ihnen kommen.

**Akupunktur** ist eine sanfte und nebenwirkungsarme Therapie. Sie wird seit mehr als 2000 Jahren in China angewendet, um die körpereigenen Heilungskräfte zu aktivieren und so die Gesundheit zu erhalten oder wiederherzustellen. Dabei werden sehr dünne Nadeln in ausgewählte Punkte – so gut wie schmerzfrei – eingestochen. Akupunktur ist besonders geeignet zur Behandlung akuter Zustände (v. a. Schmerzen), und emotionaler Ungleichgewichte (Stress/Anspannung, Ängste, Überforderung, Unruhe, Sorgen/Grübeln).

### **Gegenanzeigen:**

Eine Akupunktur sollte nicht durchgeführt werden, wenn Sie:

- hungrig sind oder fasten (bei Terminen am Vormittag bitte vorher frühstücken)
- zu viel gegessen haben
- unter dem Einfluss von Alkohol oder Drogen stehen
- sich vorher körperlich stark verausgabt haben
- weniger als zwei Stunden vorher Sex hatten.

### **Mögliche Komplikationen der Akupunktur:**

Es kann an der Einstichstelle bluten oder sich auch ein kleiner Bluterguss bilden. Akupunktur kann eine zeitlich begrenzte Heilungsreaktion auslösen. Diese kann sich folgendermaßen auswirken:

- Müdigkeit und eine tiefe Entspannung. Bitte beachten Sie, dass dadurch die Verkehrstüchtigkeit eine gewisse Zeit eingeschränkt sein kann.
- Kreislaufschwäche, Schwitzen, Schwächegefühl, Schwindel oder Schlafstörungen

**Dr. phil. Anne Hardy, Heilpraktikerin**

Mitglied der AGTCM

**Praxis für klassische chinesische Medizin**

Schifferstrasse 59, 60594 Frankfurt

Tel.: 0151-68184721

www.akupunktur-hardy.de

- Durch die Nutzung steriler Nadeln besteht ein nur sehr geringes Risiko einer lokalen Entzündung.
- Die Verletzung innerer Organe wird in Einzelfällen beschrieben, wenn in dem entsprechenden Bereich Nadeln gesetzt werden.
- Im Rahmen der Moxa-Therapie, einer Wärmebehandlung, kann es zu Hautrötungen und leichten Verbrennungen kommen.
- Beim Gua Sha, einer Schabetechnik, treten – je nach Grad der Muskelverspannung – Mikro-Blutungen in das Gewebe auf, die noch einige Tage sichtbar sein können.

Wenn Sie eine dieser Behandlungen nicht wünschen, teilen Sie es mir bitte mit. Ich werde dann nach Alternativen suchen, soweit diese medizinisch in Betracht kommen.

Bei der **Kräutertherapie** verordne ich in der westlichen Tradition bewährte Kräuter im Sinne der klassischen chinesischen Medizin. In der Regel nehmen Sie die Kräuter dreimal täglich in Form von Tee zu sich. Kräuter eignen sich hervorragend, um bei chronischen Erkrankungen täglich einen Impuls zu geben, der den Körper wieder ins Gleichgewicht bringt.

Für eine wirkungsvolle Kräutertherapie benötige ich **Angaben zu allen Medikamenten**, die Sie auf Anordnung eines Arztes einnehmen, damit ich mögliche Wechselwirkungen berücksichtigen kann. Bitte denken Sie daran, mich zu informieren, wenn Sie ein Medikament absetzen, ersetzen oder neu verordnet bekommen. Ebenso benötige ich **Angaben zu allen schulmedizinischen Diagnosen**, um mögliche Gegenanzeigen bei meiner Verordnung berücksichtigen zu können. Kräuter sind überwiegend gut verträglich, können jedoch auch Nebenwirkungen haben. Bitte halten Sie sich an die vorgeschriebene Dosierung und informieren Sie mich, wenn ungewöhnliche Reaktionen auftreten.

**Schwangerschaft:** Bitte informieren Sie mich über eine Schwangerschaft, da in dieser Zeit stark bewegende Akupunkturpunkte und Kräuter vorsichtshalber vermieden werden.

Aus rechtlichen Gründen weise ich darauf hin: Wie die meisten Naturheilverfahren wird die Traditionelle Chinesische Medizin in ihren verschiedenen Therapieformen von der Schulmedizin nicht anerkannt. Wissenschaftliche Beweise seien noch nicht ausreichend erbracht worden und die Wirksamkeit sei nicht hinreichend gesichert und anerkannt.

*Ich wurde über die Risiken der Akupunktur-Behandlung und Kräutertherapie informiert. Ich habe das Aufklärungsgespräch verstanden und keine weiteren Fragen.*

*Ich willige hiermit nach ausreichender Bedenkzeit in die vorgeschlagene Behandlung ein.*

---

Datum und Unterschrift des Patienten/der Patientin