

Kulmbach Stadt



MGFG-Schüler begeistern
mit musikalischer Vielfalt

KULMBACH STADT, SEITE 12

Besinnliche Stunde im Advent

Blaich – Die Musikgruppen der Kirchengemeinde Auferstehungskirche laden morgen um 16 Uhr zu einer besinnlichen Stunde in die Auferstehungskirche ein. Gemeinsame Lieder, Musikstücke und eine fränkische Weihnachtsgeschichte, vorgelesen von Gerlinde Pollach, sollen die Besucher auf Weihnachten einstimmen. Der Eintritt ist frei. *red*

Friedenslicht in St. Hedwig

Kulmbach – Die katholische Jugend des Dekanats Kulmbach lädt am Sonntag um 10.30 Uhr zum Jugendgottesdienst nach St. Hedwig ein. „Licht ist...“ lautet das Motto der Feier, in der das Friedenslicht von Bethlehem im Mittelpunkt stehen wird. Es soll von diesem Gottesdienst aus in das ganze Dekanat gebracht werden, damit die Besucher es an den Weihnachtstagen mitnehmen können. Im Anschluss wird der neue Bus des BDKJ Kulmbach gesegnet, und es gibt Glühwein und Kinderpunsch. *red*

Burggeflüster

Keine Krise im Schnee

Ich wage heute mal eine mutige Prognose: Ich glaube, dass wir heuer endlich einmal richtig schöne weiße Weihnachten haben werden. Wenn das keine gute Nachricht ist. Viele lästern über den vielen Schnee der letzten Tage. Als (meist) positiv eingestellter Mensch halte ich entgegen: Der viele Schnee ist gesund, fördert die Kommunikation und spart Geld.

Wer wird schon allen Ernstes bestreiten, dass das allmorgendliche Schneeschippen der Gesundheit gut tut? Der Kreislauf kommt richtig in Schwung, die Durchblutung wird gefördert – und das anschließende Frühstück im Warmen schmeckt doppelt gut. Und was gibt es kurz nach Sonnenaufgang Erfrischenderes als einen gepflegten Smalltalk mit seinen Nachbarn, die sich (vorausgesetzt, liebe Kollegen Beetz und Gärtner, sie haben sich noch rechtzeitig vor Wintereinbruch eine Schneeschaufel besorgt) ebenfalls mit Riesenbegeisterung durch die weißen Berge buddeln?

Heute morgen ist mir dann noch bewusst geworden, dass das Autofahren auf schneebedeckten Straßen auch aus ökologischer Sicht Sinn macht. Als ich mich mit meinem Wagen mit satten sechzig Sachen im vierten Gang untertourig auf dem Weg Richtung Kulmbach befand, bemerkte ich nicht nur, dass sich das ganze Leben um mich herum regelrecht entschleunigte, sondern dass auch der durchschnittliche Spritverbrauch nach unten ging. Weniger Diesel bedeutet weniger Abgase und nicht zuletzt ein paar Cent mehr im Geldbeutel. Da soll mal noch einer sagen, dass der Winter nervt. *Dietmar Hofmann*

„Als ob ich in einem Ameisenhaufen liegen würde“

STUDIE Die Chinesische Naturheilkunde-Akademie erforscht die Wirkung der Akupunktur auf Restless-Legs-Patienten.

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED **DAGMAR BESAND**

Kulmbach – „Das ist ein schreckliches Gefühl, wenn man nie zur Ruhe kommt.“ Lydia Vogel leidet seit vier Jahren an dem Restless-Legs-Syndrom. Kaum geht sie zu Bett oder legt tagsüber für ein paar Minuten die Beine hoch, zieht, sticht und kribbelt es in den Beinen – als ob ich in einem Ameisenhaufen liegen würde“. Das Einzige, was der Kulmbacherin hilft, ist Bewegung: „Ich arbeite Tag und Nacht, weil ich weiß, dass die Plage beginnt, sobald ich mich ausruhe.“

Einige Monate nahm sie Medikamente gegen ihre Beschwerden, „doch die habe ich nicht vertragen“. Die 52-Jährige aus Burghaig fühlte sich depressiv, setzte die Tabletten ab. Neue Hoffnung schöpfte sie, als sie im Oktober erfuhr, dass die Chinesische Naturheilkunde-Akademie Kulmbach Teilnehmer für eine Studie suchte, bei der die Wirkung von Akupunktur auf Patienten mit ruhelosen Beinen getestet werden sollte. Lydia Vogel bewarb sich und wurde angenommen.

Ergebnisse liegen im Januar vor

Entwickelt wurde das der Studie zugrunde liegende Behandlungsprogramm von der Universität für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) Shandong. Nach guten Erfolgsquoten in China sollte die Studie mit westlichen Patienten durchgeführt werden. Diese Aufgabe übernahm Dietmar Kummer, Präsident der Chinesischen Naturheilkunde-Akademie, der seit vielen Jahren für die Hochschule tätig ist, gerne. Vier Wochen lang behandelte er 26 Frauen und vier Männer im Alter zwischen 31 und 74 Jahren jeweils zwei bis drei Mal in der Woche, insgesamt zehn Mal – eine Hälfte mit dem speziellen Akupunktursystem, die Kontrollgruppe mit einer Magnetfeldtherapie.

Gestern wurde der Therapiezyklus beendet, und so beginnt für Dietmar Kummer und seine Mitarbeiterin Ingrid Pfeifer nun die Auswertung. „Im Detail werden die Ergebnisse erst Mitte Januar vorliegen, aber bei einigen Patienten haben sich erstaunliche Entwicklungen abgezeichnet“, so Kummer. Vor allem in der Akupunkturgruppe sprachen drei

Viertel der Teilnehmer von einer spürbaren Verbesserung, in der Magnetfeldgruppe war der Effekt geringer.

Nichts zu verlieren, viel gewonnen

Lydia Vogel ist froh, dass sie für die Studie ausgewählt wurde. Sie wurde mit Akupunktur behandelt und ist überzeugt davon, damit die richtige Therapie für sich gefunden zu haben: „Ich hatte nichts zu verlieren und habe viel gewonnen. Früher waren meine Beine immer schwer, ich fühlte mich schlapp. Jetzt fühlen sich meine Beine locker und leicht an, ich bin belastbarer und schlafe besser.“ Den Grad der Verbesserung stuft die Burghaigerin bei 70 Prozent ein. Dabei verhehlt die 52-Jährige nicht, dass es ihr unmittelbar nach den Behandlungen nicht gut ging: „Aber am Tag danach waren meine Beschwerden wie weggeblasen.“

Wie kann dieser Effekt mit Akupunktur erreicht werden? „In der TCM gehen wir davon aus, dass die Krankheit auf eine Stockung des Energieflusses in den Meridianen zurückgeht“, erläutert Kummer. Die mit den Nadeln gesetzten Reize sollen dazu beitragen, das Gleichgewicht des Körpers wieder herzustellen.“

Neue Selbsthilfegruppe

Initiative Die Döllnitzerin Ilona Zimmermann möchte eine Selbsthilfegruppe Restless Legs für Kulmbach und Umgebung etablieren. Im Januar bietet sie Betroffenen und Angehörigen zwei Informationstreffen an: am Mittwoch, 12. Januar, im Gasthof Vogel in Kasendorf und am Donnerstag, 13. Januar, im Hotel „Kronprinz“ in Kulmbach. Beginn ist jeweils um 14.30 Uhr. Interessierte können sich mit Fragen unter Telefon 09228/1634 oder per Mail unter wg-doellnitz@arcor.de an Ilona Zimmermann wenden. *db*

„Alternative Heilverfahren könnten die Standard-Therapie eventuell ergänzen.“



Chr. Konhäuser
Neurologe

Der 43-jährige Mediziner, der am Klinikum öfter Patienten behandelt, die von den ruhelosen Beinen geplagt werden, hält sich



Mit den Akupunkturadeln in den Beinen und an den Handgelenken will Dietmar Kummer Lydia Vogels Blockaden im Energiefluss auflösen. *Fotos: Dagmar Besand*



Puls- und Zungendiagnose sind ein wesentlicher Bestandteil der TCM-Diagnose. Dietmar Kummer hält alle bei seiner Patientin Lydia Vogel beobachteten Veränderungen akribisch in einem Behandlungsprotokoll fest.

Sorgfältige Diagnose ist Basis der Therapie

RESTLESS LEGS Die Schulmedizin setzt auf eine konventionelle medikamentöse Behandlung.

VON **DAGMAR BESAND**

Kulmbach – Kann ein alternatives Heilverfahren die bisherige Therapie bei Restless-Legs-Patienten ersetzen? Der Neurologe Christian Konhäuser, Oberarzt am Klinikum Kulmbach, ist skeptisch. „Ich will nicht behaupten, dass das nichts bringt“, sagt er auf Nachfrage der Bayerischen Rundschau. Doch bevor er einem Patienten dazu raten würde, es beispielsweise mit Akupunktur zu versuchen, müsste die Wirksamkeit mit groß angelegten wissenschaftlichen Studien belegt sein. „Die gibt es bislang noch nicht.“

Die Studie der Kulmbacher Naturheilkunde-Akademie mit 30 Teilnehmern in zwei Gruppen ist für Konhäuser als Grundlage für Therapie-Empfehlungen „auf jeden Fall zu klein angelegt“.

lieber an die Leitlinien der deutschen Gesellschaft für Neurologie. Besonders wichtig ist ihm eine gesicherte Diagnose: „Die Symptome können durch andere Krankheiten verursacht sein, beispielsweise durch eine rheumatoide Arthritis oder einen Eisenmangel.“

Weitere Erkrankungen können ebenfalls das RLS auslösen: Eine dialysepflichtige Niereninsuffizienz gehört ebenso dazu wie Störungen des Stoffwechsels oder der Schilddrüsenfunktion.

Ist die Diagnose eindeutig gestellt und sind mögliche auslösende Krankheiten behandelt, ist die medikamentöse Therapie für Christian Konhäuser die erste Wahl. Die individuell angepasste Behandlung müsse sich nach dem Leidensdruck richten. Bei leichten und nur gelegentlich auftretenden Beschwerden wird meist Levodopa, eine Vor-

stufe des Nervenbotenstoffs Dopamin, verabreicht, der auch bei Parkinson-Patienten eingesetzt wird. Dieser lindert die Beschwerden oft schnell, kann aber bei dauerhaftem Gebrauch das Krankheitsbild auch verstärken. Bei der Behandlung starker Beschwerden gelten Dopamin-ähnlich wirkende Substanzen (so genannte Dopaminagonisten) als Mittel der Wahl. Sie stimulieren die Dopamin-Rezeptoren, enthalten jedoch nebenwirkungenreiche Substanzen.

So ist es aus der Sicht des Schulmediziners durchaus verständlich, dass Patienten sich eine wirksame Therapie ohne Nebenwirkungen wünschen und ihre Hoffnung auf Alternativen setzen. Konhäuser: „Solche Heilverfahren könnten die Standard-Therapie eventuell ergänzen. Ersetzen können sie sie aber sicherlich nicht.“

Was sind Restless Legs?

Definition Das Restless-Legs-Syndrom (auch Wittmaak-Ekbom-Syndrom) ist eine neurologische Erkrankung, die angeboren oder erworben sein kann.

Symptome Charakteristisch ist ein Bewegungsdrang der Beine (verbunden mit sensiblen Störungen und Schmerzen), der ausschließlich in Ruhe auftritt und durch Bewegung gebessert wird. Die Beschwerden verschlimmern sich in der Nacht.

Ursachen Eine zentrale Rolle spielt der Nervenbotenstoff Dopamin, dessen Funktion im Gehirnstoffwechsel beeinträchtigt ist. Die genauen Ursachen sind noch nicht erforscht.

Verbreitung Nach Angaben der Deutschen Restless-Legs-Vereinigung sind fünf bis zehn Prozent der Bevölkerung betroffen. Doch nur bei etwa zwei Prozent sind die Beschwerden behandlungsbedürftig. *db*