

Das NADA-Protokoll (Teil 2)

Eine einfache Behandlungsmethode zur Regulation des vegetativen Nervensystems mit vielen Anwendungsmöglichkeiten im medizinischen wie auch im sozialen Kontext

Sieglinde Wilz

NADA in sozialen Einrichtungen

Weil man mit NADA in kurzer Zeit sehr viele Menschen behandeln kann, gibt es inzwischen bundesweit einige niedrighschwellige öffentlich zugängliche ambulante NADA-Projekte. In Hamburg finden sie im Rahmen der Stadtteilarbeit statt, um sozial benachteiligte Menschen zu unterstützen.

Aber auch in kleinen brandenburgischen Städten wie Guben und Spremberg, in denen es viel zu wenig Therapie- und Beratungsangebote gibt, kann NADA helfen dieses Defizit aufzufangen. Die hohen Teilnehmerzahlen – manchmal über 40 Klient*innen – zeigen, wie hoch der Bedarf an Unterstützung ist.

Den Rahmen dafür bieten verschiedene soziale Träger, beispielsweise der Arbeiter Samariter Bund (ASB) oder das Deutsche Rote Kreuz (DRK). Zum Teil werden solche Projekte auch von der NADA gefördert.

NADA wird dort in der Regel regelmäßig und zu einem kleinen Selbstkostenpreis von wenigen Euro angeboten und als unterstützendes Gesundheitsangebot besonders von älteren Menschen sehr gut angenommen.

NADA in der Katastrophenhilfe

Weltweit wird NADA auch unterstützend für Menschen eingesetzt, die Opfer von Terroranschlägen, Naturkatas-

trophen oder Krieg und Vertreibung wurden.

Auch für Rettungskräfte und Katastrophenhelfer ist NADA eine gute Unterstützung, um Einsatzstress abzubauen und das Erlebte zu verarbeiten.

Die ersten Erfahrungen damit machten Akupunkteure in New York, als sie NADA nach dem Anschlag auf das World Trade Center am 11. September 2001 den Ersthelfern, v.a. Polizisten, Feuerwehrleuten und Krankenschwestern, anboten.

Weitere NADA-Einsätze folgten, z.B. nach dem Hurrikan Katrina in New Orleans 2005. Für dieses Engagement wurde den NADA-Aktivist*innen 2010 eine Anerkennungsurkunde vom Amerikanischen Repräsentantenhaus verliehen.

Auch hier waren es in erster Linie die Feuerwehrleute, die von NADA profitierten. Es half Ihnen zur Ruhe zu kommen, zu schlafen, wieder Kraft zu schöpfen, um mit neuer Energie ihre Hilfseinsätze weiterzuführen.

Von Vorteil ist hier der nonverbale Ansatz des NADA-Protokolls: Niemand muss erzählen, was ihn wie belastet. Schnell und unkompliziert kann sich jeder behandeln lassen, der Unterstützung braucht.

Nach dem schweren und folgenreichen Erdbeben in Haiti 2010 waren es wieder amerikanische NADA-Akupunkteur*innen, die zusammen mit anderen Hilfsorganisationen einen

Einsatz planten, um den vielfach schwer traumatisierten Überlebenden mit Akupunktur zu helfen, mit ihrer Situation besser fertig zu werden.



Abb. 1 NADA-Akupunktur für alle



Abb. 2 Polizisten erhalten NADA



Abb. 3 Ohrkugeln für die Kinder

Auch auf den Philippinen, einem Land, das fast jedes Jahr von schweren Naturkatastrophen wie Wirbelstürmen, Erdbeben und Vulkanausbrüchen heimgesucht wird, organisiert die dortige NADA-Sektion regelmäßige Hilfseinsätze.

Sobald die erste Infrastruktur aufgebaut ist, die Menschen in Notunterkünften untergebracht sind, die Versorgung mit Wasser und Lebensmitteln gesichert ist und Absprachen mit anderen Hilfsorganisationen getroffen wurden, fährt ein Akupunkturteam aus einheimischen Freiwilligen in das Katastrophengebiet und bietet die Akupunktur vor Ort an. Sie bleiben ein paar Tage, so dass alle die Möglichkeit haben, sich an mehreren aufeinanderfolgenden Tagen drei bis vier Mal akupunktieren zu lassen. Akupunktiert wird da, wo es gerade geht: im Sitzen vor den Zelten, in Klassenzimmern, auf Matten, in Turnhallen...

Die Erwachsenen berichten oft, dass sie nach der Akupunktur wieder besser schlafen können und mit mehr Zuversicht in die oft noch ungewisse Zukunft blicken.

Auffällig ist, dass sehr viele Kinder sich ohne Scheu nadeln lassen, wenn sie zusehen, wie ihre Familienmitglieder akupunktiert werden.

Gleichzeitig werden qualifizierte NADA-Schulungen für Verantwortliche vor Ort durchgeführt, damit die Akupunktur für die Menschen weitergeführt werden kann, auch wenn das NADA-Team abgereist ist. Geschult werden z. B. auch Lehrerinnen oder Ordensschwwestern.



Abb. 4 Philippinisches NADA-Team beim Hilfseinsatz nach einem Vulkanausbruch März 2018



Abb. 5 NADA Behandlung für Kinder nach einem Vulkanausbruch 2018



Abb. 6 NADA in einem Evakuierungszentrum in Mindanao 2017 auf den Philippinen

NADA für geflüchtete Menschen

Wieder waren es amerikanische NADA-Akupunktur*innen, die als erste NADA in einem Flüchtlingslager in Uganda für Menschen mit Posttraumatischer Belastungsstörung nach der Flucht vor blutigen politischen Aufständen in Kenia 2007 anboten.

Als Ergebnis der Akupunktur berichteten viele von mehr Zuversicht und Vertrauen, besserem Schlaf, weniger Verlangen nach Suchtmitteln und weniger Aggression untereinander. In der Folge kam es auch seltener zu Ausbrüchen von häuslicher Gewalt.

Kinder hatten weniger Ängste, weniger Alpträume und schiefen besser. Auch Bettnässen besserte sich schnell. Außerdem wurden 20 Geflüchtete geschult, die man für geeignet hielt, die Akupunktur weiter durchzuführen, z.B. Mitarbeiter*innen des Gesundheitssystems wie z.B. Krankenpfleger*innen, Hebammen und Sozialarbeiter*innen. Nach sechs Monaten hatten sie über 18.000 Behandlungen für ihre eigene Community durchgeführt.¹

NADA für geflüchtete Menschen in Deutschland

Viele geflüchtete Menschen haben belastende Lebenserfahrungen wie Verfolgung, Vertreibung, Krieg, Gefangenschaft, Gewalt und zahlreiche Verluste erlebt, bevor sie zu uns kommen. Sie leiden infolgedessen oft unter komplexen Traumatisierungen, finden aber nur schwer Zugang zu den wenigen therapeutischen Angeboten, die es dafür gibt. Sprachbarrieren erschweren die Situation zusätzlich.

Hier kann die NADA einen wertvollen Beitrag leisten, um vielen dieser Menschen zu helfen.

In Deutschland gibt es bereits einige NADA-Projekte, die geflüchteten Menschen NADA-Ohrakupunktur anbieten, z.B. das Projekt Mosaik im Psychosozialen Zentrum in Leipzig,

das NADA seit 2018 in sein Angebot integriert hat. In Hamburg wird NADA seit letztem Jahr von Centra, dem koordinierenden Zentrum für traumatisierte Geflüchtete, angeboten. Centra ist Teil des Psychosozialen Zentrums des Universitätsklinikums Hamburg Eppendorf und wird von der Hamburger Sozialbehörde gefördert. Aktuell wird NADA dort niedrigschwellig und ohne Voranmeldung zweimal in der Woche für zwei Stunden von interkulturellen und berufsübergreifenden Teams angeboten. Außerdem organisiert Centra die Akupunktur in einigen Erstaufnahmeeinrichtungen für Geflüchtete. Weitere NADA-Projekte sind geplant.

Siglinde Wilz, Ausbildung in Chinesischer Medizin an der Selbstverwalteten Heilpraktikerschule in Berlin (1992–1994) und in chinesischer Arzneitherapie am Pharmakologiezentrum in Hamburg (1995–1997); Praxisschwerpunkt Akupunktur, Chinesische Arzneitherapie und Naturheilkunde für Kinder und Erwachsene; Dozentin für Kinderheilkunde und Moderatorin des Kinderheilkundetages auf dem TCM-Kongress in Rothenburg; NADA-Trainerin seit 1999, seit 15 Jahren bundesweit als NADA-Dozentin in psychiatrischen Kliniken tätig., seit 2018 stellv. Vorsit-



zende der National Acupuncture Detoxification Association Deutsche Sektion e.V.

Literatur:

1. Artikel“ The Use of the NADA Protocol for PTSD in Uganda, Michele Yarberry, Deutsche Zeitschrift für Akupunktur, Band 53, Heft 4, Seite 6 ff

Erratum zum Artikel „Das NADA-Protokoll (Teil 1) von Siglinde Wilz

Auf Seite 50 der Ausgabe 04/2024 ist folgende Aussage zu finden. „Beim NADA-Protokoll fällt auf, dass die drei Organpunkte des NADA-Protokolls (Niere, Leber, Lunge) im Innervationsgebiet des Nervus Vagus in der oberen Ohrmuschel liegen.“ Es ist nicht richtig, dass alle drei Punkte in der oberen Ohrmuschel liegen: Niere und Leber liegen in der oberen Ohrmuschel und Lunge in der unteren Ohrmuschel. In der Online-Ausgabe haben wir diesen Fehler korrigiert.

– Anzeige –

Hinweis in eigener Sache

Sie sind Abonnent unserer Zeitschrift und haben noch keinen Zugang zum Qi-Archiv?

Dann lassen Sie sich jetzt **kostenlos** Ihren persönlichen Archiv-Zugang freischalten! Schicken Sie eine E-Mail mit Ihrem Namen an qi@verlag-systemische-medizin.de

Die Verlags-Mitarbeiter schalten Sie gerne für das online Qi-Archiv frei. Dort haben Sie Zugang zu allen Ausgaben unserer Zeitschrift ab 2013!

www.zeitschrift-qi.de

medizin weiter denken.

verlag
systemische
medizin