

## **Definition**

**Die MIKROPRESSUR (im Verlauf als MP bezeichnet) ist eine neue Behandlungsvariante der Reflextherapie, bei der allein der Therapiestift (Suchgriffel, Knopfsonde) als therapeutisches Vehikel fungiert.**

**Es hat sich herausgestellt, dass zur Durchführung einer erfolgreichen Akupunktur allein der punktgenaue Reiz einer leichten Berührung (touchiert, wie hingehaucht) mit einem Therapiegriffel genügt.**

## **Geschichte**

**Diese Therapieform wurde erstmalig 1982 von dem Elektroingenieur Dr. Gerald Smit aus Dresden entdeckt.**

**Er untersuchte die elektrophysiologische Körperantwort auf minimale elektrische Impulse. Dabei konnte er eine identische Reizantwort auch messen, ohne dass ein Stromimpuls gegeben wurde. Er wandte diese Reizform dann auch therapeutisch an und gab ihr den Namen „ Mikropressur“.**

**Seine Entdeckung wurde jedoch nie veröffentlicht, ist seit kurzem aber nachlesbar im Internet.**

**Wiederholt wurde die Entdeckung der für einen therapeutischen Impuls ausreichenden Berührung nochmals von**

**Dr. Dieter Heesch im Jahre 1998**

**im Rahmen der Detektion von Reflexpunkten mittels eines Suchstiftes. Mit demselben Terminus benannt unterscheidet sie sich jedoch erheblich in der Intensität des angewandten Drucks.**

**Die Smit`sche Version der Mikropressur basierte auf einem schmerzauslösenden Intervention.**

**Bei der moderneren Form, die im Folgenden abgehandelt wird, ist ein sanftes Touchieren des Punktes ausreichend - (siehe ausführlich in „Mikropressur – Die Einführung der Zärtlichkeit in die Akupunktur“ in „Dt. Zeitschrift für Akupunktur“ .....**

## **Methode**

**Der zu behandelnde Reflexpunkt, Trigger- oder Tenderpoint wird entweder mit**

- 1. einem Suchgriffel der aus der Akupunkturbehandlung bekannten Hautwiderstandsmessgeräte detektiert,**
- 2. Mit einem Drucktaster, der im Bereich eines locus dolendi das punctum maximum durch Schmerzauslösung,**
- 3. Hautveränderung wie Schwellung oder Rauigkeit mit der Fingerbeere**
- 4. oder intuitiv gefunden.**

**Falls der Akupunktur- oder Triggerpunkt durch Auslösen eines Schmerzreizes als locus dolendi gefunden wurde, ist danach eine mindestens 5 Sekunden dauernde Ruhephase erforderlich. Der Punkt ist erst danach wieder reaktionsfähig, um die durch die anschließende MP gegebene Information weiterleiten zu können. Intuitiv oder durch sanftes Streichen gefunden Punkte können sofort touchiert werden.**

**Nach dem therapeutischen Reiz im Sinne der MP muss dem Körper eine Ruhephase von 2 Minuten gegeben werden, damit er die erhaltene Information ausreichend verarbeiten kann.**

**Nach dieser Phase ist die Behandlung i. a. abgeschlossen.**

**Es gilt die Regel:**

**Alles pathologisch Verhärtete wird durch sanftes Berühren weich.**

**Reflexpunkte (YNSA, Auriculotherapie, Sujok) zeichnen sich durch eine Verminderung des Hautwiderstandes aus und sind dadurch elektrophysiologisch nachweisbar. Weiterhin ist immer auch eine Tonuserhöhung (und damit eine Verhärtung) des Punktes zu palpieren. Auch diese Verhärtung reagiert auf sanftes Touchieren und löst sich auf. Ist aber der Reflexpunkt nicht mehr vorhanden oder in seiner Konsistenz reduziert, sollte auch die mit diesem Punkt korrespondierende Erkrankung sich in ihrem Ausmaß vermindert haben.**

**Denn in der Reflexologie gilt: Der Zustand eines Organs korrespondiert grundsätzlich mit seinen Reflexpunkten. Ist kein Reflexpunkt zu detektieren, ist auch das Organ nicht erkrankt.**

**Aber auch andere direkte Verhärtungen wie Hämatome, Thrombosen, Lymphödeme (hier nur passager), Heberden-arthrosen,**

**Narbenkontrakturen (z. B. nach Ablatio mammae) lassen sich durch repetierende MP aufweichen.**

**Muskeltenspannungen reagieren sehr schnell auf die MP. Hier bedarf es keiner 2-minütigen Wartezeit. Nach der MP wird sofort der Muskel ausgeschüttelt und dann erneut weiter bestehende Verhärtungen touchiert.**

### **Anwendungsbereiche**

**In ihrer Wirksamkeit ist im Bereich der Schmerztherapie die MP nach unseren Erfahrungen der „Periostakupunktur“ nach Felix Mann im Bereich des Occiput und des ISG unterlegen. Im Vergleich mit der Standardnadelakupunktur und der „kleinen“ Neuraltherapie ist sie jedoch wirksamer. Gleiche Effektivität zeigt sie im Bereich von Mikrosystemen. Sie eröffnet jedoch andere Anwendungsbereiche, die der Akupunktur bisher nicht zugänglich waren. Weiterhin weist sie in anderen Bereichen eine Wirksamkeit auf, die weit über die der Nadel - Akupunktur hinausgeht:**

**Die Therapie der endogenen Komponente *seelischer Krankheiten* durch die Behandlung psychotroper Punkte:**

**Oft ist hier eine jahrelang anhaltende Wirkung nach nur einer Behandlung möglich.**

**Hier ist besonders die Behandlung des „Trigonums“ der NPSO -**

### **Neue punktuelle Schmerz- und Organtherapie nach Siener**

**zu empfehlen.**

**Dasselbe Phänomen zeigt sich bei der Behandlung *hormoneller Störungen*. Hier besonders in der Frauenheilkunde. Auch hier reicht oft eine Anwendung zur Erreichung des Therapiezieles aus.**

**Die Erfahrungen mit dem „Trigonum“ werden im Lehrbuch der NPSO beschrieben, sowie in dem Artikel:**

### **„Die Trigonumtherapie“**

**Die Behandlung von *Lymphödemen* ist der Nadeltherapie wegen der Infektionsgefahr nicht zugänglich. Mit einer selten länger als 3 Minuten dauernden MP an Lymphpunkten und direkt an Verhärtungen der geschwollenen Extremität wird dasselbe Ergebnis wie von 2 Lymphdrainagen pro Woche erzielt.**

**Die *Chirotherapie* an der oberen HWS erübrigt sich fast voll-ständig, da allein die Berührung der Triggerpunkte neben der Wirbelsäule zu einer**

**Lösung der Blockierungen führt. Ein hervorragendes Verfahren für die HWS und auch für hypermobile Gelenke. Hier bietet die Kombination der MP mit der anschließenden Applikation einer Dauernadel**

**(siehe Artikel „Akuperm“ in DZA 3/2003)LINK**

**über dem Triggerpunkt die Möglichkeit, mit nur einer einmaligen Behandlung eine dauerhafte Schmerzbefreiung zu erzielen.**

**In der *Sportmedizin* und *Chirurgie* können *posttraumatische Schwellungen und Verhärtungen wie Hämatome oder Muskelzerrungen* und *Periostschmerzen bei Prellungen* mit der MP schnell erheblich reduziert werden. Auch Narben – siehe oben – sind mit dieser Methode aufzuweichen.**

**In der *Kinderheilkunde* ist durch die völlig schmerzfreie MP jetzt auch die Akupunktur als Standardmethode einsetzbar. Denn gerade Kinder reagieren auf die Akupunktur hervorragend. Besonders Kleinkinder sind aber selten bereit, sich mit dem Laser über längere Zeit an verschiedenen Punkten behandeln zu lassen.**

#### **Wissenschaft**

**Der Patient fühlt sich aufgewertet, wenn viel mit ihm „herumgemacht“ wird. Diese Placebowirkung lässt die MP nun vermissen. Um die Droge „Arzt“ dennoch einzusetzen, ist es sinnvoll, Therapiegeräte wie den mit einem Magnetfeld kombinierten Farbwechslerstift „Monolux-Pen“ der Siener-Stiftung einzusetzen.**

**Wird die MP allein mit dem Suchstift durchgeführt, haben wir eher eine gegenteilige, denn eine Placebowirkung. Deshalb ist man mit der MP in der Lage, ohne jegliche „side-effects“ die Therapieergebnisse relativ unverfälscht und damit objektiv zu erfahren. Nur so, aus unverfälschten Erfahrungen, kann man lernen.**

**Aus den Erfahrungen mit der MP und dem „Modell der vertebro-vegetativen Kopplung“ (siehe unter Sympathikus-Therapie) sind Überlegungen entstanden, die zur Auseinandersetzung mit der die Komplementärmedizin dominierenden TCM (Traditionelle chinesische Medizin)- Akupunktur geführt haben. In den sich daraus ergebenden, in der DZA veröffentlichten Artikeln werden die theoretischen Grundsatzpositionen beschrieben, die Voraussetzung für die Entwicklung der MP und des „Modells der vertebro-vegetativen Kopplung“ waren.**