



Allgemeine Information zur NADA-Ohrakupunktur

Was ist die NADA-Ohrakupunktur?

Die NADA-Ohrakupunktur ist ein standardisiertes Akupunkturverfahren, das vom National Acupuncture Detoxification Association (NADA)-Protokoll abgeleitet ist. Es wird insbesondere unterstützend in der Suchtbehandlung, bei Stress, innerer Unruhe, Schlafstörungen sowie zur allgemeinen Stabilisierung des seelischen und körperlichen Gleichgewichts eingesetzt.

Diese Methode nutzt die Stimulation von fünf exakt definierten Punkten am Ohr mittels feiner Einmalnadeln oder bei Bedarf auch durch Druckkügelchen.

Die fünf NADA-Punkte

1. **Vegetativum**
Beruhigt das vegetative Nervensystem und lindert Stress und Schmerzen.
2. **Shen-Men („Tor zum Geist“)**
Fördert emotionale Ausgeglichenheit und reduziert Angst, Nervosität und Schlafstörungen.
3. **Herz-Lunge**
Wirkt beruhigend auf Atmung und Puls, hilft beim Loslassen (auch emotional), wirkt reinigend.
4. **Leberpunkt**
Fördert die Entgiftung, wirkt gegen Aggression und Reizbarkeit.
5. **Nierenpunkt**
Stärkt die Lebenskraft, fördert Mut, Stabilität und Durchhaltevermögen.

Ablauf der Behandlung

- Die Behandlung findet in einer ruhigen Umgebung, im Sitzen, im Gruppensetting statt.
- Pro Ohr werden bis zu 5 feine sterile Nadeln gesetzt (insgesamt max. 10 Nadeln).
- Die Nadeln verbleiben ca. 30–45 Minuten im Ohr.
- Alternativ zu Nadeln finden Akupressurkügelchen zur sanften Dauerstimulation Anwendung.
- Während der Sitzung wird möglichst wenig gesprochen; die Ruhephase dient der inneren Einkehr.



Ingrid Hössl
Ganzheitliche Gesundheitspflege

Anwendungsgebiete (unterstützend)

- Entzug und Entgiftung (z. B. bei Alkohol, Nikotin, Drogen)
- Stress und Burnout
- Schlafstörungen
- Angst und Nervosität
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Depressionen und emotionale Dysregulation
- Schmerzsyndrome

Begründung der Maßnahme:

- Stabilisierung des vegetativen Nervensystems
- Unterstützung der körperlichen und seelischen Regeneration
- Reduktion von Entzugssymptomen (Craving)
- Verbesserung von Schlaf, Stimmung und Konzentration
- Förderung der emotionalen Regulation

Vorteile der NADA-Ohrakupunktur

- Schnell und einfach anzuwenden
- Gut verträglich
- Kann andere Therapien sinnvoll ergänzen
- Fördert innere Ruhe, Ausgeglichenheit und Selbstregulation

Kontraindikationen und Hinweise

- Bei akuten Infektionen im Ohrbereich sollte auf die Behandlung verzichtet werden.
- Schwangere sollten nur nach ärztlicher Rücksprache behandelt werden.
- Die Methode ersetzt **keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung**, kann diese jedoch sinnvoll ergänzen.



Wichtiger Hinweis für Patienten

Die NADA-Ohrakupunktur ist eine komplementäre Behandlungsmethode. Sie kann die Eigenverantwortung stärken und die Wirkung anderer therapeutischer Maßnahmen unterstützen – ist jedoch **kein Ersatz für eine notwendige medizinische Behandlung**.

Durchgeführt von:

Ingrid Hössl, DPGKP, NADA-Therapeutin

Behandlungsdauer & Frequenz:

In der Regel 1–2 Sitzungen pro Woche, je nach Beschwerdebild. Für eine nachhaltige Wirkung sind ca. 8–10 Behandlungen empfohlen.

Ärztliche Anordnung und Zusammenarbeit im Behandlungsteam

Die NADA-Ohrakupunktur ist Teil eines ganzheitlichen Behandlungsangebots und wird in enger Zusammenarbeit zwischen Ärztinnen, Ärzten und Pflegefachpersonen durchgeführt. Damit die Behandlung sicher und individuell abgestimmt erfolgen kann, braucht es eine **ärztliche Anordnung**. Der Arzt oder die Ärztin entscheidet gemeinsam mit Ihnen, ob die NADA-Ohrakupunktur sinnvoll ist. Der Arzt oder die Ärztin trägt dabei die **Anordnungsverantwortung**, also die Verantwortung für die Indikationsstellung und die medizinische Begründung der Maßnahme. Die **Durchführungsverantwortung** liegt bei der entsprechend geschulten und diplomierten Pflegefachperson, die speziell in der NADA-Methode ausgebildet ist und die NADA-Ohrakupunktur fachgerecht, sicher und nach den geltenden Richtlinien anwendet. Diese Zusammenarbeit stellt sicher, dass Sie fachkundig begleitet werden und die Ohrakupunktur bestmöglich zu Ihrer Entspannung, Stabilisierung und Genesung beitragen kann und gewährleistet eine qualitativ hochwertige und verantwortungsbewusste Behandlung im Sinne der Patientensicherheit.

Hinweis zu den Kosten:

Bitte beachten Sie, dass es sich bei meinen Angeboten um Privatleistungen handelt, die nicht von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen werden. Die Abrechnung erfolgt direkt mit Ihnen als Selbstzahler*in. Unter Umständen übernehmen private Krankenversicherungen oder Zusatzversicherungen die Kosten ganz oder teilweise – dies ist jedoch im Vorfeld individuell mit Ihrem Versicherungsträger abzuklären.