

AKUPUNKTUR PROTOKOLLE

Erprobte Kochrezepte für alltägliche Wehwehchen

1

Überblick Studien

- Rückenschmerzen (LWS)
 - Haake et al, GERAC-Studien, JAMA, 2007
- Nackenschmerzen
 - White et al, Annals of Internal Medicine, 2004
- Knieschmerzen
 - Witt et al, Lancet, 2005
- Tennisellbogen
 - Fink et al, Rheumatology, 2002
- Spannungskopfschmerz
 - Melchart et al, BMJ, 2005
- Dysmenorrhoe
 - Ma et al, Journal of Ethnopharmacology, 2013
- Allergie
 - Brinkhaus et al, Annals of Internal Medicine, 2013
- Reizdarm
 - Lembo et al, American Journal of Gastroenterology, 2009
- Obstipation
 - Liu et al, Annals of Internal Medicine, 2016
- Schlafstörung
 - Yeung et al, Sleep, 2009

2

RÜCKENSCHMERZEN (LWS)

German Acupuncture Trials (GERAC)
for Chronic Low Back Pain
Randomized, Multicenter, Blinded, Parallel-Group Trial With 3 Groups

3

Rückenschmerzen (LWS)



- Michael Haake, et al. – Universität Regensburg, Deutschland
- 1162 Patienten, chronische LWS-Schmerzen
- 3 Gruppen (je n=387)
 - Verum-Akupunktur
 - Sham-Akupunktur (Minimal acupuncture)
 - Konventionelle Therapie (Medikamente, physikalische Therapie, Bewegung)
- 10 Sitzungen, je 30 min, 2x pro Woche
- Nach 6 Monaten:
 - Response rate: 47,6% Verum vs. 27,4% Konventionelle Therapie
 - > 33% Besserung der Von Korff Chronic Pain Grade Scale
 - > 12% Besserung der Hanover Functional Ability Questionnaire
 - Kein signifikanter Unterschied zur Sham-Gruppe

4

Punkte – Rückenschmerzen (LWS)

obligatorisch

- Dorsaler Schmerz:
 - BI 23, BI 40, BI 60
 - Ni 3
- Lateraler Schmerz:
 - BI 23
 - Gb 34, Gb 41
 - Ni 3

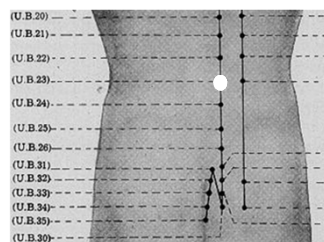
optional

- Ashi-Punkte (max. 6 Punkte)
- BI 24 bis BI 34
- Hua Tuo Jia Ji – Punkte
 - *Extra-Punkte: 0,5 cun lateral der Mittellinie, Th1-L5*
- Min. 1 distaler Punkt
- Nach TCM-Diagnose

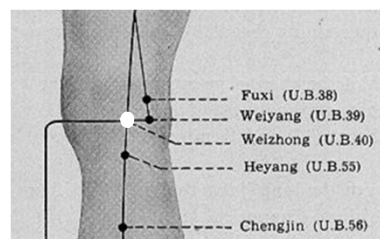
5

Punkte – Rückenschmerzen (LWS)

- Blase 23
 - Höhe L2 – 1,5 cun lateral ML
 - Shu-Punkt: Niere
 - Stärkt unteren Rücken
 - Nährt Blut, löst Feuchtigkeit



- Blase 40
 - Mitte der Kniekehle
 - Meer-He-Punkt
 - Obstruktionen im Kanal
 - Schmerzen im unteren Rücken



6

Punkte – Rückenschmerzen (LWS)

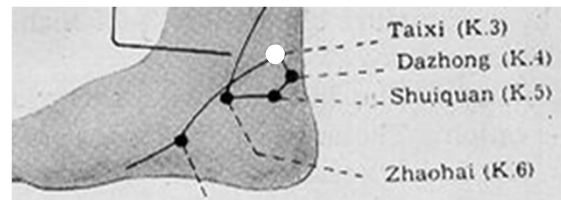
■ Blase 60

- Außenknöchel – Achillessehne
Vertiefung dazwischen
- Fluss-Jing-Punkt
- Obstruktionen im Kanal
- Unterer Rücken



■ Niere 3

- Innenknöchel – Achillessehne
gegenüber von BI 60
- Bach-Shu-Punkt, Yuan-Punkt
- Tonisiert Yin/Yang der Niere
- Unterer Rücken

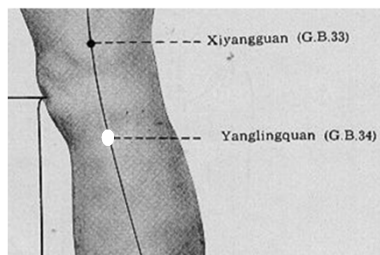


7

Punkte – Rückenschmerzen (LWS)

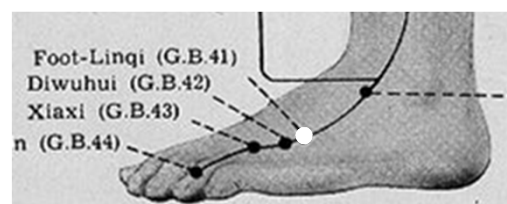
■ Gallenblase 34

- Vor und unter Fibulaköpfchen
- Meer-He-Punkt, Hui (Sehnen)
- Obstruktionen im Kanal
- Leber/Gallenblase



■ Gallenblase 41

- Zwischen Basis Os
metatarsalia IV und V (distal)
- Bach-Shu-Punkt, Kardinalpunkt
- Leber-Yang/-Qi
- Kardinalpunkt für die "Seite"



8

Punkte –Rückenschmerzen (LWS)

- Ashi-Punkte – „Triggerpunkte“
- Hua Tuo Jia Ji – lokale Punkte
 - *Bei Rückenschmerzen, unterstützen Wirkung der Shu-Punkte*
- Distale Punkte: (Beispiel)
 - *Dickdarm 4 (Schmerz)*
 - *San Jiao 5 (Kardinalpunkt!)*
 - *Dünndarm 3 (eher oberer Rücken, reguliert Du Mai als sein Kardinalpunkt)*
- TCM-Diagnostik
 - *Je Syndrom (Niere, Blase, Bi-Syndrom, Qi-Stagnation, Blutstase)*

9

NACKENSCHMERZEN

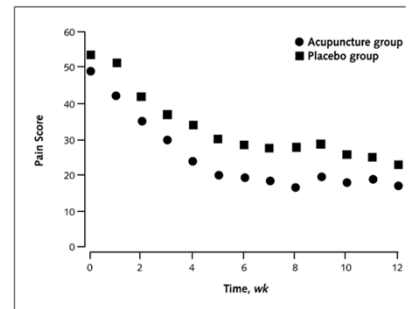
Acupuncture versus Placebo for the Treatment of Chronic Mechanical Neck Pain
A Randomized, Controlled Trial

10

Nackenschmerzen

Annals of Internal Medicine®

- Peter White et al. – University of Southampton, United Kingdom
- 135 Patienten, chronischen Nackenschmerzen
- 2 Gruppen
 - Verum-Akupunktur (n=70)
 - Sham-Elektroakupunktur (n=65)
- 8 Sitzungen, je 20 min, 2x pro Woche
- Nach 5 Wochen
 - Signifikante Besserung der VAS verglichen zu Placebo
 - Signifikant weniger Analgetika
 - Reduktion: um 65,1% nach 8 Wochen



11

Punkte – Nackenschmerzen

Annals of Internal Medicine®

Obligatorisch

- Lokal
 - Gb 20, Gb 21
 - Ren 14
- Distal
 - Di 4
 - Dū3
 - Gb 34
 - SJ 5

Optional

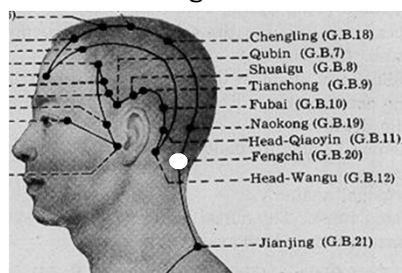
- Lokal
 - Dū 12 – 16
 - BI 9 – 11, 15, 17, 41
 - Ma 11
 - SJ 16, 17
 - Ren 15 – 17
- Distal
 - Di 11, Dū 8, SJ 10
 - BI 60, Luozhen

12

Punkte - Nackenschmerzen

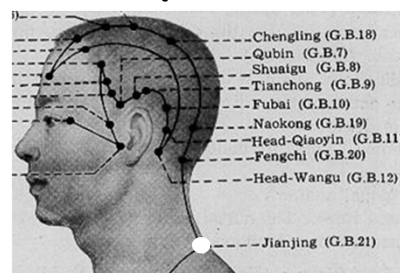
■ Gallenblase 20

- Vertiefung medial vom Mastoid
- Keine Kategorie
- Äußerer/innerer Wind
- Leber-Yang



■ Gallenblase 21

- Spitze M. Trapezius
- Keine Kategorie
- Entspannt Sehnen/Nacken
- Senkt Qi ab

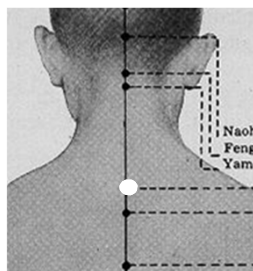


13

Punkte - Nackenschmerzen

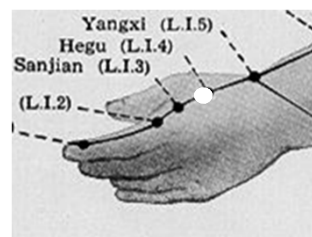
■ Du Mai 14

- Unter Proc. spinosi C7
- Treffpunkt aller Yang-Meridiane
- Gleicht alle Yang-Meridiane aus
- Befreit das Äußere



■ Dickdarm 4

- Unterhalb der Mitte von Os metacarpale II
- Yuan-Punkt
- Stoppt Schmerzen
- Bewegt Qi und Blut

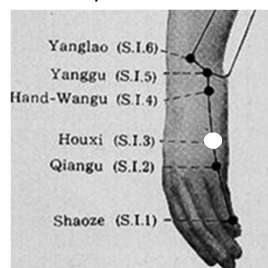


14

Punkte - Nackenschmerzen

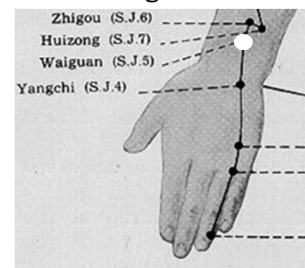
■ Dünndarm 3

- *Caput Os metacarpale V*
- *Bach-Shu-Punkt, Kardinalpunkt*
- *Kardinalpunkt: Du Mai*
- *Entspannt Sehnen*



■ San Jiao 5

- *2 cun über SJ4*
- *Luo-Punkt, Kardinalpunkt*
- *Obstruktionen im Kanal*
- *Leber-Yang*



15

KNIESCHMERZEN

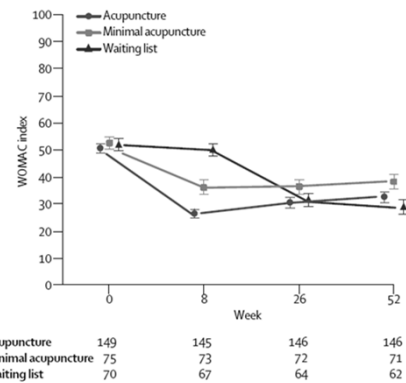
Acupuncture in patients with osteoarthritis of the knee:
a randomised trial

16

Knieschmerzen

THE LANCET

- Claudia Witt et al – Charité, Deutschland
- 294 Patienten, Osteoarthritis
- 3 Gruppen
 - Verum-Akupunktur (n=150)
 - Sham-Akupunktur (n=76, minimal acupuncture)
 - Waiting list (n=74, Akupunktur nach 12 Wochen)
- 12 Sitzungen, je 30 min, 1-2x pro Woche
- Nach 8 Wochen
 - Signifikanter Unterschied zwischen Verum und Placebo
 - Signifikante Besserung im WOMAC Index (-22,7 Punkte, Verum vs. Waiting list)



17

Punkte - Knieschmerzen

THE LANCET

Lokal – min. 6 Punkte

- Ma 34, 35, 36
- MP 9, 10
- BI 40
- Ni 10
- Gb 33, 34
- Le 8
- Hedong, Xiyuan (Extra-Punkte)

Distal – min. 2 Punkte

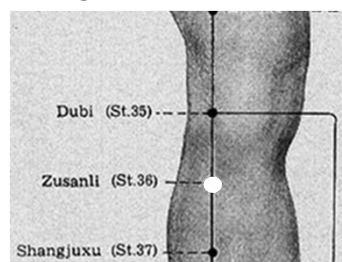
- MP 4, 5, 6
- Ma 6
- BI 20, 57, 58, 60, 62
- Ni 3

18

Punkte - Knieschmerzen

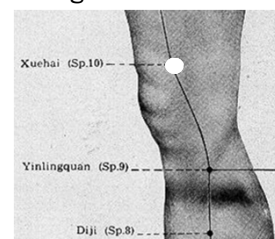
■ Magen 36

- 0,5 cun lateral *Tuberositas tibiae*
- Meer-He-Punkt
- Stärkt schwache Konditionen
- Bewegt Qi und Blut



■ Milz/Pankreas 10

- 2 cun über und medial der Patella bei gebeugtem Knie
- Keine Kategorie
- Stärkt und bewegt Blut
- Reguliert Menstruation

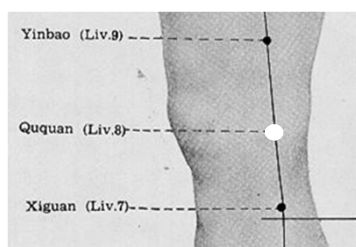


19

Punkte - Knieschmerzen

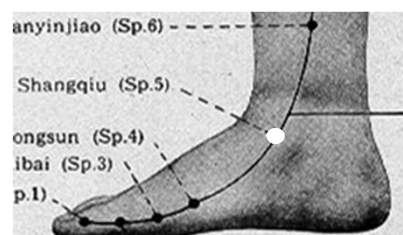
■ Leber 8

- *Epicondylus med. tibiae*, Sehnenansatzpunkt
- Meer-He-Punkt
- Bewegt Blut
- Ernährt Leberblut



■ Milz/Pankreas 5

- Vorderkante Innenknöchel
- Fluss-Jing-Punkt
- Sehnen und Gelenke
- Stärkt Milz

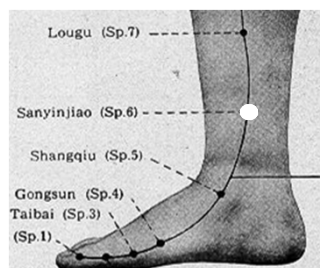


20

Punkte – Knieschmerzen

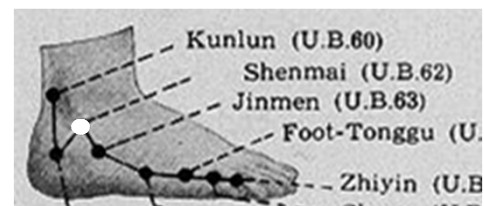
■ Milz/Pankreas 6

- 3 cun über Innenknöchel
- Treffpunkt Yin-Meridiane
- Stärkt Yin
- Stoppt Schmerzen



■ Blase 62

- Vertiefung unter Außenknöchel
- Kardinalpunkt
- Obstruktionen im Kanal
- Kardinalpunkt



21

TENNISELLBOGEN

Acupuncture in chronich epicondylitis:
A randomized controlled trial

22

Tennisellbogen

RHEUMATOLOGY

- M. Fink et al. – Medizinische Hochschule Hannover, Deutschland
- 45 Patienten, chronische unbehandelte Epicondylitis
- 2 Gruppen
 - *Verum-Akupunktur (n=23)*
 - *Sham-Akupunktur (n=22, minimal acupuncture)*
- 10 Sitzungen, je 25 min, 2x pro Woche
- Nach 7 Wochen
 - *Signifikanter Unterschied im DASH score, Schmerz und Kraft vs. Placebo*
 - *Nach 2 Monaten: kein Unterschied im Schmerz, bessere Funktion*

23

Punkte - Tennisellbogen

RHEUMATOLOGY

lokal

- 1 Ashi Punkt
- Di 10, 11
- Lu 5

regional

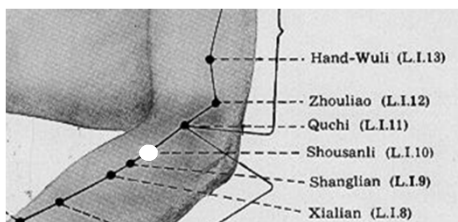
- Di 4
- SJ 5

24

Punkte - Tennisellbogen

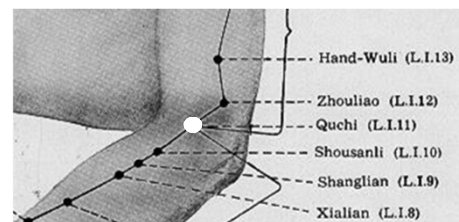
■ Dickdarm 10

- 2 cun unterhalb der Ellbogenfalte
- Keine Kategorie
- Bewegt Qi im Meridian
- Tonisiert Qi und Blut



■ Dickdarm 11

- Ende lateral Ellbogenfalte
- Meer-He-Punkt, Tonisierungspunkt
- Hitze
- Sehnen und Gelenke

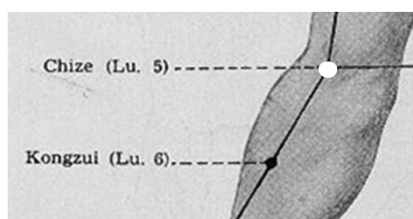


25

Punkte - Tennisellbogen

■ Lunge 5

- Lateral Bizeps-Sehne
- Meer-He-Punkt, Sedierungspunkt
- Lungen-Qi
- Entspannt Sehnen



■ Regionale Punkte

- Dickdarm 4:
 - Schmerzen
 - Befreit Oberfläche
 - Bewegt Qi und Blut
- San Jiao 5:
 - Obstruktionen im Kanal
 - Kardinalpunkt

26

SPANNUNGSKOPFSCHMERZ

Acupuncture in patients with tension-type headache:
randomised controlled trial

27

Spannungskopfschmerz



■ Dieter Melchart et al. – Technische Universität München, Deutschland

■ 270 Patienten, Spannungskopfschmerz

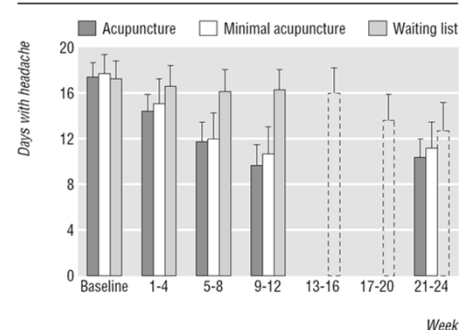
■ 3 Gruppen

- Verum-Akupunktur (n=132)
- Sham-Akupunktur (n=63, minimal acupuncture)
- Waiting list (n=75)

■ 12 Sitzungen, je 30 min, 1-2x pro Woche

■ Nach 9 bis 12 Wochen:

- - 5,7 Kopfschmerztage vs zu Waiting list
- Kein signifikanter Unterschied zu Sham
- Ansprechrate Verum 46%, Sham 36%, Waiting list 4%



28

Punkte - Spannungskopfschmerz

thebmj

Obligat

- Gb 20, 21
- Le 3

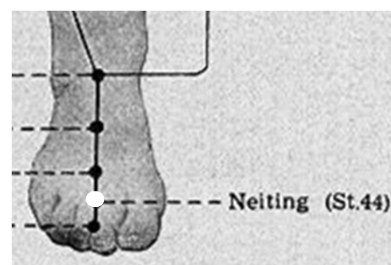
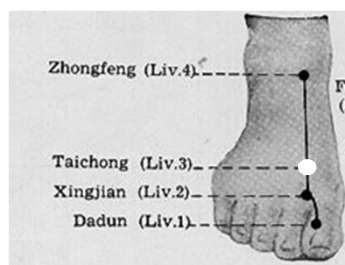
Optional

- Frontaler Kopfschmerz
 - Di 4, Du 23, Ma 44, Gb 2, Yintang, Taiyang
- Parietaler Kopfschmerz
 - Du 20/23, Si Shen Cong
- Diffuser Kopfschmerz + Fatigue
 - Taiyang, MP 6/9, Ma 36/40, Ren 12
- Schlechter bei nass-kaltem Wetter
 - Di 4, Du 14, Gb 3, 39, SJ 6
- Trigger: Wind, Kälte, Feuchtigkeit
 - Di 4, Du 14, SJ 6, Gb 34
- Trigger: Wind, Kälte
 - Di 4, Du 14, Lu 7, SJ 5

29

Punkte - Spannungskopfschmerz

- Leber 3
 - Basis Os metatarsale I und II
 - Bach-Shu-Punkt, Yuan-Punkt
 - Leber-Yang
 - Beruhigt Qi, belebt Blut
- Magen 44
 - Caput Os metatarsale II und III
 - Quell-Ying-Punkt
 - Stoppt Schmerzen
 - Reguliert Magen

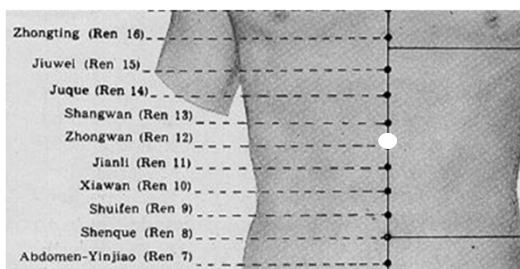


30

Punkte - Spannungskopfschmerz

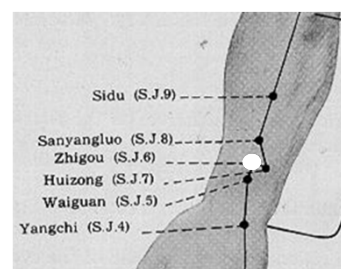
■ Ren Mai 12

- 4 cun über Bauchnabel
- Mu-Punkt Magen/ME
- Tonisiert Magen/Milz
- Reguliert Mitte/Qi



■ San Jiao 6

- 3 cun über SJ 4
- Fluss-Jing-Punkt
- Reguliert Qi, Obstruktionen
- Reguliert Ren Mai

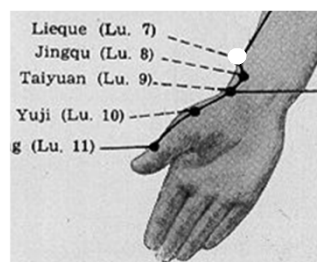


31

Punkte - Spannungskopfschmerz

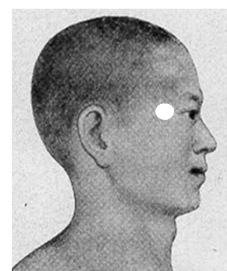
■ Lunge 7

- 1,5 cun über Handgelenksfalte
- Luo-Punkt, Kardinalpunkt
- Befreit Oberfläche
- Vertreibt Wind



■ Tai Yang

- Winkel des Jochbeinbogens
- Extrapunkt
- Kontrolliert Leber-Yang
- Augen



32

DYSMENORRHOE

A clinical trial of acupuncture about time-varying treatment and points selection in primary dysmenorrhea

33

Dysmenorrhoe

- Yu-Xia Ma et al., Shandong University of Traditional Chinese Medicine, China
- 600 Patienten, Dysmenorrhoe
- 3 Gruppen
 - *Multi-point (n=193, vor Menses und während Menses)*
 - *Single-point (n=189, vor Menses und während Menses)*
 - *Keine Intervention*
- 3 Menstruations-Zyklen
 - *Prävention: 3-7 Tage (Median: 5 Tage) vor Menses, täglich, je 30 min*
 - *Akut Therapie: am Tag an dem Schmerz begann, für 3 Tage je 10 min*
- Ergebnis
 - *Alle Zeitpunkte mindern Dysmenorrhoe*
 - *Multi-point signifikant besser zur Prävention*
 - *Single-point signifikant besser zur akuten Therapie*



34

Punkte – Dysmenorrhoe



Multi-points

- MP 6, 8
- BI 32
- Shiqizhui

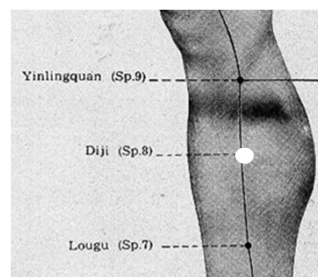
Single-point

- Shiqizhui

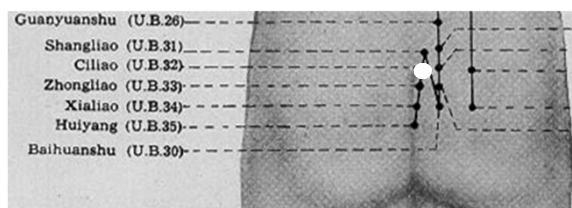
35

Punkte - Dysmenorrhoe

- Milz/Pankreas 8
 - 3 cun unter MP 9
 - Spalten-Xi-Punkt
 - Speziell bei Schmerzen
 - Reguliert Qi, Blut und Uterus



- Blase 32
 - Im II. Foramen sacrale
 - Keine Kategorie
 - Reguliert Menstruation
 - Entfernt Feuchtigkeit

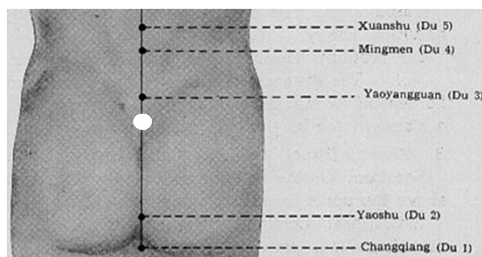


36

Punkte - Dysmenorrhoe

■ Shiqizhui

- Unterhalb Proc. Spinosus L5
- Extra-Punkt
- Schmerz (lumbar, Dysmenorrhoe)
- Stärkt Nieren



■ Allgemeine Punkte

- Le 3 (stark bewegend)
- Di 4 (Schmerz)
- MP 4 (reguliert Uterus)
- MP 10 (bewegt Blut)
- Gb 41 (Brustspannen)

37

ALLERGISCHE RHINITIS

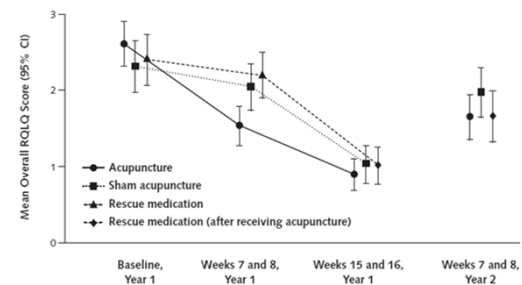
Acupuncture in Patients With Seasonal Allergic Rhinitis
A Randomized Trial

38

Allergische Rhinitis

Annals of Internal Medicine®

- Benno Brinkhaus et al., Charité, Deutschland
- 422 Patienten, allergische Rhinitis (Birken, Gräser)
- 3 Gruppen
 - Verum-Akupunktur + Cetirizin (n=212)
 - Sham-Akupunktur + Cetirizin (n=102, minimal acupuncture)
 - Cetirizin (n=108, Akupunktur nach 8 Wochen)
- 12 Sitzungen, je 20-30 min, 1-2x Woche
- Nach 8 Wochen:
 - RQLQ Score Baseline: 2,5 – Woche 8: 1,5 (-1,0 Punkte)
 - Verum vs. Sham: Differenz -0,5 Punkte
 - Ansprechrates: 71% Verum, 56% Sham, 44% Cetirizin
 - Weniger Cetirizin-Verbrauch (Rescue medication)



39

Punkte – Allergische Rhinitis

Annals of Internal Medicine®

4 Punkte + min. 3 Punkte

Basic acupuncture points (obligatory)	L.I. 4
	L.I. 11
	L.I. 20
	EX-HN 3 Yintang
Basic acupuncture points (facultative)	EX-HN 8 BITONG
	GB 20
	LIV 3
	LU 7
	ST 36
	SP 6
	SJ 17
	BL 13

Min. 3 Punkte

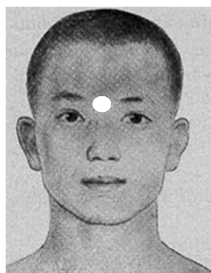
Additional local acupuncture points (facultative)	BL 2
	GB 1, 14
	EX-HN 5 TAIYANG
	SI 18
	SJ 23
	ST 2
Additional distant acupuncture points (facultative)	further points
	LU 1, 5
	Ma 44
	GB 41, 34, 37
	LIV 2
	LIV 5
	KID 3, 7
	BL 12, 20, 23, 26, 40
	SP 9
	REN 6, 17, 22, 20
	SJ 5, 6
	further points

40

Punkte – Allergische Rhinitis

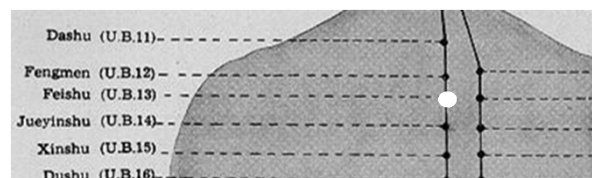
■ Yintang

- Zwischen Augenbrauen
- Extra-Punkt
- Öffnet Nase
- Beruhigt Geist



■ Blase 13

- Höhe Th3, 1,5 cun lateral
- Shu-Punkt der Lunge
- Tonisiert Lunge
- Fördert Verteilung von Wei Qi

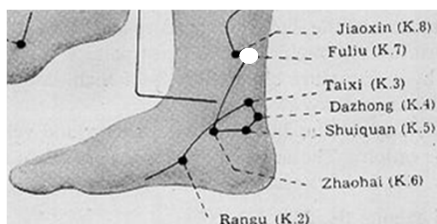


41

Punkte – Allergische Rhinitis

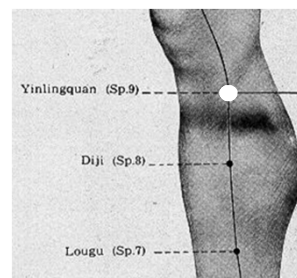
■ Niere 7

- 2 cun über Ni 3
- Fluss-Jing-Punkt, Tonisierungspunkt
- Tonisiert Niere
- Reguliert Schwitzen



■ Milz/Pankreas 9

- Unterrand Condylus tib. med.
- Meer-He-Punkt
- Reguliert Milz
- Reduziert Ödeme



42

REIZDARM

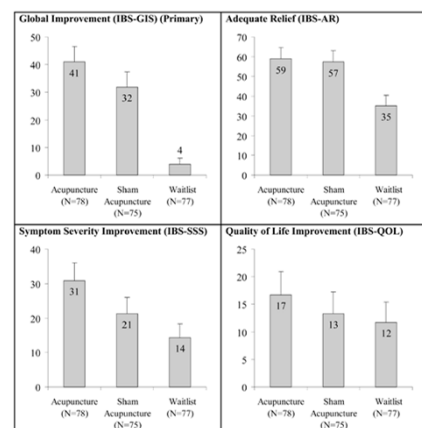
A TREATMENT TRIAL OF ACUPUNCTURE IN IBS PATIENTS

43

Reizdarm

AJG The American Journal of
GASTROENTEROLOGY

- Anthony J. Lembo, Harvard University, USA
- 230 Patienten, Reizdarm-Syndrom
- 3 Gruppen
 - Verum-Akupunktur (n=78)
 - Sham-Akupunktur (n=75, Streitberger-Nadeln)
 - Waiting list (n=77)
- 6 Sitzungen, je 20 min, 2x pro Woche
- Nach 3 Wochen
 - Kein signifikanter Unterschied zu Sham
 - Ansprechrare: 41% Akupunktur, 32% Sham, 4% Waiting list



44

Punkte – Reizdarm

Obligatorisch

- Ren 10
- Ma 25, 37
- Le 3
- MP 4
- PC 6

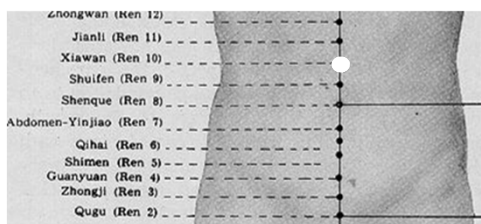
Optional

- Mangel-Syndrom
 - Ma 36 + Ren 4
- Qi-Stagnation
 - Di 4 + Le 14
- Feuchtigkeit
 - Ma 40 + Di 11
- Kälte
 - Ma 27
- Nahrungsstagnation
 - Ren 12
- Feuchte-Hitze
 - Gb 34
- Blut-Stase
 - MP 10 + MP 6

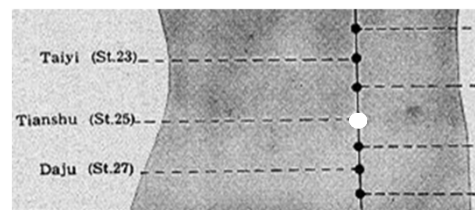
45

Punkte - Reizdarm

- Ren 10
 - 2 cun über Nabel
 - Kreuzungspunkt Milz/Ren Mai
 - Tonisiert Milz/Magen
 - Bewegt Nahrung



- Magen 25
 - 2 cun lateral vom Nabel
 - Alarm-Mu-Punkt Dickdarm
 - Reguliert Dickdarm-Qi
 - Reguliert Verdauung

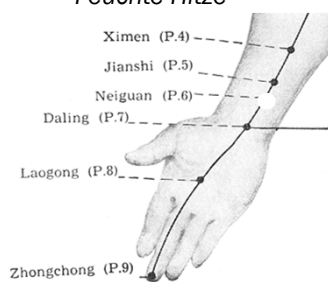


46

Punkte - Reizdarm

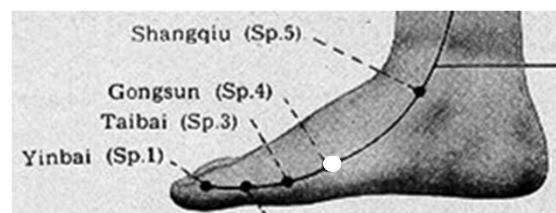
■ Milz/Pankreas 4

- *Distal Basis Os metatarsale I*
- *Luo-Punkt, Kardinalpunkt*
- *Reguliert Milz/Magen*
- *Feuchte-Hitze*



■ Pericard 6

- *2 cun über Handgelenksfalte*
- *Luo-Punkt, Kardinalpunkt*
- *Bewegt Qi und Blut*
- *Harmonisiert Magen*



47

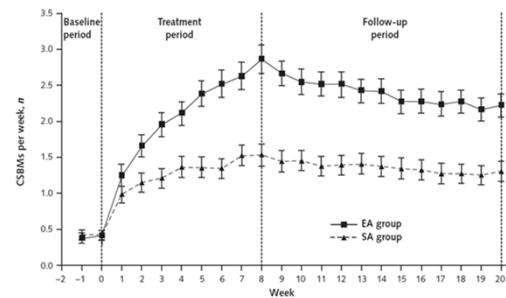
OBSTIPATION

Acupuncture for Chronic Severe Functional Constipation
A Randomized Trial

48

Obstipation

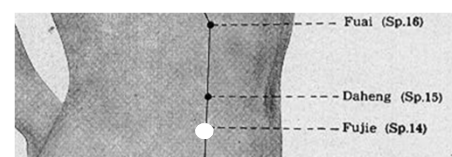
- Zhishun Liu et al, China Academy of Chinese Medical Sciences, China
- 1075 Patienten, chronische funktionelle Obstipation
- 2 Gruppen
 - Verum-Elektroakupunktur (n=536)
 - Sham-Elektroakupunktur (n=539)
- 28 Sitzungen (!), je 30 min, 3-5x pro Woche
- Nach 8 Wochen:
 - CSBM +0,9 vs. Sham
 - CSBM +1,09 nach 9-20 Wochen vs. Sham
 - >3 CSBM/Woche: 37,7% Verum, 14,1% Sham



49

Punkte - Obstipation

- | | | |
|---------|------------------------------------|--------------------------------------|
| ■ Ma 25 | ■ Magen 27 | ■ Milz/Pankreas 14 |
| ■ Ma 27 | – 2 cun lateral, 2 cun unter Nabel | – 4 cun lateral, 1,5 cun unter Nabel |
| ■ MP 14 | – Keine Kategorie | – Keine Kategorie |
| | – Reguliert Darm | – Wärmt Mitte |
| | – Tonisiert Nieren-Qi/-Yang | – Reguliert Qi-Fluss, senkt ab |



50

INSOMNIE

Electroacupuncture for Primary Insomnia: A Randomized Controlled Trial

51

Insomnie

SLEEP®

- Wing-Fai Yeung et al, University of Hong Kong, China
- 60 Patienten, Insomnie >3 Nächte pro Woche
- 2 Gruppen
 - Verum-Elektroakupunktur (n=30)
 - Sham-Elektroakupunktur (n=30, Streitberger Nadeln)
- 9 Sitzungen, je 30 min, 3x pro Woche
- Nach 4 Wochen
 - SOL <30 min: 38,7% Verum, 17,6% Sham (ns)
 - WASO <30min: 36,4% Verum, 3,6% Sham (s)
 - SE >85%: 43,5% Verum, 3,8% Sham (s)

52

Punkte - Insomnie

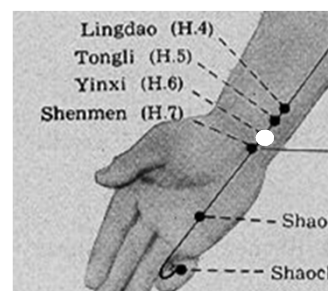
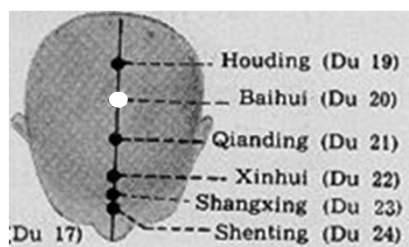
SLEEP®

- Yintang
- Du Mai 20
- Ohr Shenmen (beidseits) – Körper: He 7
- Sishencong
- Anmian

53

Punkte - Insomnie

- Du Mai 20
 - Höchster Punkt am Scheitel
 - Meer-He-Knochenmark
 - Innere Wind
 - Leber-Yang
- Herz 7
 - Radiales Ende der Handgelenksfalte
 - Yuan-Punkt, Bach-Shu-Punkt, Sedierungspunkt
 - Beruhigt Geist
 - Nährt Herz-Blut



54

Referenzen

- 1. Brinkhaus B, Ortiz M, Witt CM, Roll S, Linde K, Pfab F, et al. Acupuncture in patients with seasonal allergic rhinitis: a randomized trial. *Ann Intern Med.* 2013;158(4):225-34.
- 2. Fink M, Wolkenstein E, Karst M, Gehrke A. Acupuncture in chronic epicondylitis: a randomized controlled trial. *Rheumatology (Oxford).* 2002;41(2):205-9.
- 3. Haake M, Muller HH, Schade-Brittinger C, Basler HD, Schafer H, Maier C, et al. German Acupuncture Trials (GERAC) for chronic low back pain: randomized, multicenter, blinded, parallel-group trial with 3 groups. *Arch Intern Med.* 2007;167(17):1892-8.
- 4. Lembo AJ, Conboy L, Kelley JM, Schnyer RS, McManus CA, Quilty MT, et al. A treatment trial of acupuncture in IBS patients. *Am J Gastroenterol.* 2009;104(6):1489-97.
- 5. Liu Z, Yan S, Wu J, He L, Li N, Dong G, et al. Acupuncture for Chronic Severe Functional Constipation: A Randomized Trial. *Ann Intern Med.* 2016;165(11):761-9.
- 6. Ma YX, Ye XN, Liu CZ, Cai PY, Li ZF, Du DQ, et al. A clinical trial of acupuncture about time-varying treatment and points selection in primary dysmenorrhea. *J Ethnopharmacol.* 2013;148(2):498-504.
- 7. Melchart D, Streng A, Hoppe A, Brinkhaus B, Witt C, Wagenpfeil S, et al. Acupuncture in patients with tension-type headache: randomised controlled trial. *Bmj.* 2005;331(7513):376-82.
- 8. White P, Lewith G, Prescott P, Conway J. Acupuncture versus placebo for the treatment of chronic mechanical neck pain: a randomized, controlled trial. *Ann Intern Med.* 2004;141(12):911-9.
- 9. Witt C, Brinkhaus B, Jena S, Linde K, Streng A, Wagenpfeil S, et al. Acupuncture in patients with osteoarthritis of the knee: a randomised trial. *Lancet.* 2005;366(9480):136-43.
- 10. Yeung WF, Chung KF, Zhang SP, Yap TG, Law AC. Electroacupuncture for primary insomnia: a randomized controlled trial. *Sleep.* 2009;32(8):1039-47.