# Inhaltsverzeichnis

Vorwort . . . . . 11
Einleitung . . . . . 12

## I Theoretische Grundlagen

Definition der Akupunktur . . . . . 13
Geschichte der Akupunktur . . . . . 14

Naturwissenschaftliche Erkenntnisse . . . . . 15
Wirkungsprinzip der Akupunktur . . . . . 16
Studien . . . . . 16
Ergebnisse . . . . . 17
Das Entsprechungssystem von Yin und Yang . . . . . 18

Das System der 5 Elemente . . . . . 20
Vorgänge innerhalb der 5 Wandlungsphasen . . . . . 22
Physiologische Vorgänge . . . . . 22
Pathologische Vorgänge . . . . . 22

Regeln . . . . . 24
Regel Mutter und Kind . . . . . 24
Oppositionsregel . . . . . 26
Regel Ehemann-Ehefrau und Mittag-Mitternacht . . . . . 26

Die Lebensenergie Qi . . . . . 27
Energieformen . . . . . 27
Nahrungsenergie . . . . . 27
Grundenergie (Energie Yong) . . . . . 27
Abwehrenergie (Oe- bzw. Wei-Energie) . . . . . 27
Erbenergie (Ur-Energie oder anzestrale bzw. Chromosomen-Energie) . . . . . 27
Das Blut (Xue) . . . . . 28
Der Energiekreislauf . . . . . 29
Die chinesische Organ-Uhr . . . . . 29

## II Akupunkturpunkte

Definition . . . . . 31
Lokalisation . . . . . 32
Maßeinheiten . . . . . 32

Arten der Akupunkturpunkte . . . . . 34
Tonisierungspunkt . . . . . 34
Sedierungspunkt . . . . . 34
Zustimmungs- (Shu- oder Yü-) Punkt . . . . . 35
Alarm- (Mu-) Punkt . . . . . 35
Quell- (Yuan-) Punkt . . . . . 36
Passage- (Luo-) Punkt . . . . . 37
Spalt- (Xi-) oder Grenzpunkt . . . . . 39
Die 8 einflußreichen Punkte . . . . . 40
»Untere einflußreiche Punkte« . . . . . 41
Schlüsselpunkte . . . . . 42
Gruppen-Luo-Punkte . . . . . 42
Vereinigungspunkte (Reunionspunkte) . . . . . 42

»Himmelsfensterpunkte« . . . . . 42
Hua-Tuo'sche Punkte . . . . . 42
Ah-Shi-Punkte . . . . . 42

Die 5 antiken Punkte . . . . . 43-54

Jing Well-Punkt . . . . . 46
Ying-Punkt . . . . . 46
Shu-Punkt . . . . . 46
Yuan-Punkt . . . . . 46
Jing-Punkt . . . . . 47
He-Punkt . . . . . 47
Zuordnung der antiken Punkte zu den Hauptmeridianen . . . . . 50-52
Pathogene jahreszeitliche Wetterfaktoren . . . . . 47
Therapie über die 5 antiken Punkte . . . . . 53, 54

## III Das Meridian-System

Übersicht . . . . . 55

Die 12 Hauptmeridiane . . . . . 57
Meridianverbindungen . . . . . 57
Die Hauptmeridian-Paare . . . . . 57
Die Meridianachse . . . . . 57
Die Anordnung der Hauptmeridiane im Energiekreislauf . . . . . 59
Die 3 Umläufe der 12 Hauptmeridiane in Übersicht . . . . . 60

Der 1. Meridian-Umlauf . . . . . 61
Lungen-Funktionskreis (Lu): Hand-Tai Yin . . . . . 62
Meridian . . . . . 63
Dickdarm-Funktionskreis (Di): Hand-Yang Ming . . . . . 70
Meridian . . . . . 71
Magen-Funktionskreis (Ma): Fuß-Yang Ming . . . . . 80
Meridian . . . . . 81, 83, 89
Milz/Pankreas-Funktionskreis: (MP) Fuß-Tai Yin . . . . . 96
Meridian . . . . . 97, 99

Der 2. Meridian-Umlauf . . . . . 109
Herz-Funktionskreis (Hz): Hand-Shao Yin . . . . . 110
Meridian . . . . . 111
Dünndarm-Funktionskreis (Dü): Hand-Tai Yang . . . . . 118
Meridian . . . . . 119, 125
Blasen-Funktionskreis (Bl): Fuß-Tai Yang . . . . . 130
Meridian . . . . . 131, 142
Nieren-Funktionskreis (Ni): Fuß-Shao Yin . . . . . 148
Meridian . . . . . 149, 151

Der 3. Meridian-Umlauf . . . . . 161
Kreislauf-Funktionskreis (Ks): Hand-Jue Yin . . . . . 162
Meridian . . . . . 163
Drei Erwärmer-Funktionskreis (3E): Hand-Shao Yang . . . . . 170
Meridian . . . . . 171, 177
Gallenblasen-Funktionskreis (Gb): Fuß-Shao Yang . . . . . 182
Meridian . . . . . 183, 185, 191
Leber-Funktionskreis (Le): Fuß-Jue Yin . . . . . 198
Meridian . . . . . 199, 201

Konzeptions- und Lenkergefäß . . . . . 209
Konzeptionsgefäß (KG): Ren Mai . . . . . 210
Lenkergefäß (Lg): Du Mai . . . . . 218

Verbindungen der Hauptmeridiane (Energieschichten) . . . . . 227
Meridian-Verbindung Dü-Bl: Tai Yang (Großes Yang) . . . . . 227
Meridian-Verbindung 3E-Gb: Shao Yang (Kleines Yang) . . . . . 228
Meridian-Verbindung Di-Ma: Yang Ming (Helles Yang) . . . . . 228
Meridian-Verbindung Lu-MP: Tai Yin (Großes Yin) . . . . . 229
Meridian-Verbindung Ks-Le: Jue Yin (Leeres Yin) . . . . . 229
Meridian-Verbindung Hz-Ni: Shao Yin (Kleines Yin) . . . . . 230

Die acht außerordentlichen (»Wunder«) Meridiane . . . . . 230
Acht Schlüsselpunkte . . . . . 230-231

Das 1. Meridianpaar . . . . . 232
Chong Mai (Tchong Mo) . . . . . 232
Yinwei Mai (Yin Oe) . . . . . 232
Gemeinsame Symptomatik . . . . . 233

Das 2. Meridianpaar . . . . . 234
Lenkergefäß (Du Mai) . . . . . 234
Yangqiao Mai (Yang Keo) . . . . . 234
Gemeinsame Symptomatik . . . . . 235

Das 3. Meridianpaar . . . . . 236
Dai Mai (Tai Mo) . . . . . 236
Yangwei Mai (Yang Oe) . . . . . 236
Gemeinsame Symptomatik . . . . . 237

Das 4. Meridianpaar . . . . . 238
Konzeptionsgefäß (Ren Mai) . . . . . 238
Yinqiao Mai (Yin Keo) . . . . . 238
Gemeinsame Symptomatik . . . . . 239

Die Tendino-muskulären Meridiane . . . . . 240

Die Sondermeridiane . . . . . 241-243

## IV Traditionelle chinesische Diagnostik

Die vier diagnostischen Untersuchungsmethoden . . . . . 244
Die acht diagnostischen Leitkriterien . . . . . 245

Chinesische Pulsdiagnostik . . . . . 246-248

Chinesische Zungendiagnostik . . . . . 249-251

## V Akupunkturtherapie

Durchführung . . . . . 252
Praktische Hinweise . . . . . 252
Moxibustion (Moxa) . . . . . 254
Lokal- und Fernpunkte . . . . . 254
Tonisierung und Sedierung . . . . . 255

Vorbemerkungen zur Therapie . . . . . 255
Das Schmerzgebiet . . . . . 256
Indikation . . . . . 256
Kontraindikation . . . . . 257
Nebenwirkungen . . . . . 257
Behandlungsintervall . . . . . 257
Therapieresistenz . . . . . 258
Punktwahl bei Organerkrankungen . . . . . 260
Punktwahl bei Störungen der Energiezirkulation im Meridianverlauf . . . . . 261

Augenkrankheiten . . . . . 261
Konjunktivitis . . . . . 262
Postoperative Augenschmerzen und Ziliarneuralgie . . . . . 262
Tic nerveux . . . . . 262
Glaucoma chronic. simplex (Weitwinkel-Glaukom) . . . . . 262
Schwankende Sehschärfe . . . . . 263
Optikusatrophie . . . . . 263

Hals-, Nasen-, Ohren-Erkrankungen . . . . . 263
Pharyngitis und Laryngitis . . . . . 263
Sinusitis und Rhinitis . . . . . 263
Pollinosis (Heuschnupfen) . . . . . 264
Anosmie . . . . . 264
Tinnitus aurium . . . . . 264
Ménière-Krankheit (Drehschwindel) . . . . . 264

Erkrankungen der Atmungsorgane . . . . . 264
Chronische Bronchitis . . . . . 265
Husten (chronischer Reizhusten) . . . . . 266
Asthma bronchiale . . . . . 266
Kinderasthma . . . . . 267
Erkältung und Neigung zu Infekten . . . . . 267

Herz-Kreislauf-Erkrankungen . . . . . 267
Punktwahl bei Erkrankungen des Herzens . . . . . 267
Orientierende Hinweise zur Punktwahl bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen . . . . . 268
Herzerkrankungen nach traditioneller Auffassung . . . . . 268
Stenokardie . . . . . 269
Tachykardie . . . . . 269
Hypotonie . . . . . 269
Hypertonie . . . . . 269
Kreislaufkollaps . . . . . 270
Periphere Durchblutungsstörungen . . . . . 270

Magen-Darm-Erkrankungen . . . . . 270
Akute Magenerkrankungen . . . . . 270
Chronische Magenerkrankungen . . . . . 271
Ulcus ventriculi und Ulcus duodeni . . . . . 271
Diarrhö . . . . . 271
Erbrechen und Brechreiz (ohne organischen Befund) . . . . . 272
Reizkolon (Colon irritabile) . . . . . 272
Chronische Obstipation . . . . . 273
Hämorrhoiden und Analfissuren . . . . . 273
Cholezystitis und Cholelithiasis . . . . . 274
Singultus (Schluckauf) . . . . . 274

Gynäkologische Erkrankungen . . . . . 274
Dysmenorrhö . . . . . 274
Amenorrhö . . . . . 275
Fluor vaginalis . . . . . 275
Menarche . . . . . 276
Klimakterische Beschwerden . . . . . 276
Schwangerschaftsbeschwerden . . . . . 276
Hyperemesis gravidarum . . . . . 276
Entbindung . . . . . 276
Wehenschwäche . . . . . 276
Malposition des Fetus . . . . . 276

Urologische Erkrankungen . . . . . 277
Zystitis . . . . . 277
Enuresis nocturna . . . . . 278
Dysurie . . . . . 278
Nieren- und Harnleiterstein-Kolik . . . . . 278

Erkrankungen des Bewegungsapparates . . . . . 278
Schulterschmerz . . . . . 279
Ventraler Schulterschmerz . . . . . 279
Lateraler Schulterschmerz . . . . . 279
Dorsaler Schulterschmerz . . . . . 279
Schulter-Arm-Syndrom . . . . . 280
Lumbalgie . . . . . 280
Gelenkschmerzen . . . . . 281

Neurologische Erkrankungen . . . . . 282
Kopfschmerzen . . . . . 282
Gesichtsneuralgie: Yang Ming-Kopfschmerz . . . . . 282
Stirn- und Hinterkopfschmerz: Tai Yang-Kopfschmerz . . . . . 283
Schläfenkopfschmerz: Shao Yang-Kopfschmerz . . . . . 283
Migräne . . . . . 285
Trigeminusneuralgie . . . . . 285
Fazialisparese . . . . . 286
Ischialgie . . . . . 287
Zervikalsyndrom . . . . . 287

Hauterkrankungen . . . . . 288
Herpes zoster . . . . . 289
Allergie . . . . . 289
Allergische Rhinitis . . . . . 289
Pruritus . . . . . 289

Vegetative Störungen . . . . . 290

Schlafstörungen . . . . . 290
Einschlafstörungen . . . . . 290
Durchschlafstörungen . . . . . 291

Suchtprobleme . . . . . 291
Nikotin-Abhängigkeit . . . . . 291
Adipositas bei Eßsucht . . . . . 292

## Anhang

Sonderformen der Akupunktur . . . . . 293
Nomenklatur . . . . . 294
Unterschiedliche Bezeichnungen in der Literatur . . . . . 294
Alphabetisches Indikationsverzeichnis . . . . . 295
Literaturverzeichnis . . . . . 297
Sachverzeichnis . . . . . 301