

Traditionelle Chinesische Medizin -TCM-

Vorlesungsscript



中医及综合医学中心

Zentrum für Traditionelle Chinesische und Integrative Medizin

am St. Hedwig-Krankenhaus
AKADEMISCHES LEHRKRANKENHAUS DER CHARITÉ
Leitender Arzt: Dr. med. A. Kürten
Große Hamburger Str. 5-11
10115 Berlin
Tel: 030 - 23 11 25 27

Inhaltsverzeichnis

1 Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin	10
1.1 Geschichte der Traditionellen Chinesischen Medizin	10
1.2 Der Mensch in der Sicht der chinesischen Medizin	10
1.3 Das Konzept des Qi	11
1.4 Yin und Yang	14
1.4.1 Das Yin-/Yang Symbol	14
1.4.2 Das Yin-/Yang-Konzept in der chinesischen Philosophie	15
1.4.3 Das Yin-/Yang-Konzept in der chinesischen Medizin	16
1.4.4 Die acht Zustände der Imbalance	20
1.5 Die Substanzen des Lebens	21
1.5.1 Die verschiedenen Arten von Qi	21
1.5.2 Blut (Xue)	21
1.5.3 Essenz (Jing)	21
1.5.4 Säfte (Jinye)	22
1.5.5 Die Substanzen des Lebens im Überblick	22
1.6 Die fünf Wandlungsphasen (wu xing)	23
1.6.1 Die Theorie der wu xing in der chinesischen Medizin	23
1.6.2 Makrokosmos, Jahreszeiten und Klima	25
1.6.3 Lebensphasen	25
1.6.4 Emotionen	26
1.6.5 Ernährungs-, Mutter-Sohn-Zyklus	26
1.6.6 Der Kontrollzyklus	27
1.6.7 Das Element Holz	27
1.6.8 Das Element Feuer	28
1.6.9 Das Element Erde	28
1.6.10 Das Element Metall	29
1.6.11 Das Element Wasser	30
1.6.12 Die fünf Wandlungsphasen im Überblick	31
1.7 Das Zang-Fu-Organsystem	32
1.7.1 Lunge	32
1.7.2 Herz	32
1.7.3 Leber	32
1.7.4 Milz	33
1.7.5 Niere	33
1.7.6 Pericard	33
1.7.7 Dickdarm	34

1.7.8 Dünndarm	34
1.7.9 Gallenblase	34
1.7.10 Magen	34
1.7.11 Harnblase	34
1.7.12 San Jiao	34
1.8 Das Meridian- und Netzgefäßsystem	35
1.8.1 Meridianumläufe	36
1.9 Pathogene Faktoren	38
1.9.1 Klimatische Faktoren	38
1.9.2 Emotionale Faktoren	39
2 Diagnostische Verfahren in der TCM	40
2.1 Diagnosekategorien der TCM	40
2.1.1 Die acht diagnostischen Kriterien (Ba Gang)	40
2.1.2 Qi, Blut und Körperflüssigkeiten	41
2.1.3 Die inneren Organe	41
2.2 Die vier Untersuchungen	41
2.2.1 Befragen (Anamnese)	41
2.2.2 Beobachten	46
2.3 Zungendiagnostik	48
2.3.1 Stellenwert der Zungendiagnostik	48
2.3.2 Aufgaben der Zungendiagnostik	48
2.3.3 Organbezug	48
2.3.4 Diagnosekriterien	48
2.3.5 Zungenbefunde	52
2.4 Pulsdiagnostik	53
2.4.1 Stellenwert der Pulsdiagnostik	53
2.4.2 Technik der Palpation	53
2.4.3 Beurteilung des Pulses	54
3 Disharmoniemuster gemäß Yin, Yang, Blut und Qi	58
3.1 Qi-Schwäche	58
3.2 Yang-Schwäche	58
3.3 Blutschwäche	58
3.4 Yin-Schwäche	59
3.5 Blutstase	59

4 Disharmoniemuster gemäß pathogener Faktoren	60
4.1 Feuer-Hitze	60
4.2 Trockenheit	60
4.3 Hitze	60
4.4 Wind	61
4.5 Kälte	61
4.6 Feuchtigkeit	62
5 Disharmoniemuster gemäß innerer Organe	63
5.1 Muster von Leber und Gallenblase	63
5.1.1 Leber - Blut - Mangel	63
5.1.2 Leber - Qi - Stagnation	63
5.1.3 Aufsteigendes Leber - Yang durch Leber- Yin Mangel	64
5.1.4 Loderndes Leber-Feuer	64
5.1.5 Leber - Wind	65
5.1.6 Leber - Blut - Stagnation	66
5.1.7 Feuchte Hitze in Leber/Gallenblase	66
5.1.8 Kälte im Lebermeridian	66
5.2 Muster von Herz und Dünndarm	67
5.2.1 Herz - Qi - Mangel	67
5.2.2 Herz Yang - Mangel	67
5.2.3 Herz-Yin-Mangel	68
5.2.4 Herz - Blut - Mangel	68
5.2.5 Herz - Blut - Stagnation	68
5.2.6 Herz - Feuer	69
5.2.7 Schleim - Feuer erregt das Herz	69
5.2.8 Schleim - Kälte benebelt das Herz	69
5.2.9 Fülle - Hitze im Dünndarm	69
5.3 Muster von Milz und Magen	70
5.3.1 Milz - Qi - Mangel	70
5.3.2 Milz - Yang - Mangel	70
5.3.3 Sinkendes Milz Qi	71
5.3.4 Milz kontrolliert das Blut nicht	71
5.3.5 Feuchte-Kälte in der Milz	71
5.3.6 Feuchte - Hitze in Milz und Magen	72
5.3.7 Loderndes Magen - Feuer	72
5.3.8 Magen - Yin - Mangel	72
5.3.9 Magen - Qi - Mangel mit Kälte	72

5.4 Muster von Lunge und Dickdarm	73
5.4.1 Lungen - Qi - Mangel	73
5.4.2 Lungen - Yin - Mangel	73
5.4.3 Wind - Hitze der Lunge	74
5.4.4 Wind - Kälte der Lunge	74
5.4.5 Schleim - Hitze in der Lunge	74
5.4.6 Schleim - Kälte in der Lunge	74
5.4.7 Trockenheit in der Lunge	75
5.4.8 Feuchte - Hitze im Dickdarm	75
5.4.9 Hitze im Dickdarm	75
5.4.10 Flüssigkeitsmangel im Dickdarm	76
5.4.11 Dickdarmschwäche mit Kälte	76
5.4.12 Kälte im Dickdarm mit Qi-Stagnation	76
5.5 Muster von Niere und Harnblase	76
5.5.1 Nieren - Jing - Mangel	77
5.5.2 Nieren - Qi ist nicht fest	77
5.5.3 Nieren - Yin - Mangel	77
5.5.4 Wasserüberfluß bei Nieren - Yang - Mangel / Innen - Mangel Fülle - Kälte	78
5.5.5 Nieren - Yang - Mangel	78
5.5.6 Nieren - Yin - Mangel mit Mangel - Hitze	79
5.5.7 Feuchte Hitze in der Blase	79
6 Akupunkturpunkte	80
6.1 Regeln zur Punktauswahl in der Akupunkturtherapie	80
6.1.1 Lokal- oder Nahpunkte	80
6.1.2 Areal-Fernpunkte	80
6.1.3 Meridian-Fernpunkte	80
6.1.4 Symptomatische Punkte	81
6.1.5 Meisterpunkte	81
6.1.6 Energie ausgleichende Punkte	81
6.1.7 Beispiel Heuschnupfen	84
6.2 Nadeltechnik	84
6.3 Finger- und Körpermaße	85
6.3.1 Fingermaße	85
6.3.2 Körpermaße	85
6.4 Die zwölf Hauptmeridiane und ihre Akupunkturpunkte	87
6.4.1 Der Lungenmeridian	87
6.4.2 Der Dickdarmmeridian	90

6.4.3 Der Magenmeridian	93
6.4.4 Der Milzmeridian	98
6.4.5 Der Herzmeridian	101
6.4.6 Der Dünndarmmeridian	104
6.4.7 Der Blasenmeridian	107
6.4.8 Der Nierenmeridian	113
6.4.9 Der Pericardmeridian	116
6.4.10 Der San-Jiao-Meridian (Dreifach Erwärmer)	119
6.4.11 Der Gallenblasenmeridian	122
6.4.12 Der Lebermeridian	127
6.5 Die außerordentlichen Gefäße	130
6.5.1 Ren Mai (Konzeptionsgefäß)	130
6.5.2 Du-Mai (Lenkergefäß)	134
6.6 Extrapunkte	137
7 Sonderformen der Akupunktur	139
7.1 Ohrakupunktur	139
7.1.1 Historische Entwicklung	139
7.1.2 Die Anatomie der Ohrmuschel	140
7.1.3 Die Innervation und Gefäßversorgung der Ohrmuschel	141
7.1.4 Mechanismen der Ohrakupunktur und visuelle Diagnostik	142
7.1.5 Somatotopie der Ohrmuschel	143
7.1.6 Aktive Punkte und Punktauswahl	146
7.1.7 Instrumentarium und Nadeltechnik	147
7.2 ECIWO-Akupunktur	148
7.3 Neue Schädelakupunktur nach Yamamoto (YNSA)	149
8 Arzneimitteltherapie	151
8.1 Arzneimitteltherapie heute	152
8.2 Vergleich Schulmedizinische und chinesische Pharmakotherapie	152
8.3 Die acht therapeutischen Verfahren	152
8.4 Grundlagen zur Anwendung der Arzneimitteltherapie	155
8.4.1 Charakterisierung der Drogen	155
8.4.2 Struktur einer Rezeptur	157
8.4.3 Darreichungsformen	159

9 Ausgewählte Erkrankungen und ihre Therapie	161
9.1 Allergien	161
9.2 Asthma	162
9.2.1 Windinvasion	162
9.2.2 Wind-Kälte Innen-Mangel	163
9.2.3 Schleim-Blockade	164
9.2.4 Lungen-Yin-Mangel	165
9.3 Augenerkrankungen	166
9.3.1 Glaukom	166
9.3.2 Tränende Augen	167
9.3.3 Maculadegeneration	167
9.4 Tinnitus	168
9.4.1 Nieren-Yang-Mangel	168
9.4.2 Schleim-Blockade	168
9.4.3 Schleim-Hitze	169
9.4.4 Aufsteigendes Leber-Yang	170
9.4.5 Leber-Blut-Mangel	171
9.4.6 Nieren-Yin-Mangel	172
9.5 Kopfschmerzen	172
9.5.1 Hitze der Leber	172
9.5.2 Leber-Qi-Stagnation	173
9.5.3 Blut-Stase	174
9.5.4 Schleim	174
9.5.5 Nässe Ansammlung	175
9.6 HWS-Syndrome	176
9.6.1 Akut-Subakut Wind-Nässe in den Leitbahnen (Großes Yang)	176
9.6.2 Chronisch (Qi-Ebene)	178
9.6.3 Chronisch Blut-Stase/ Blut-Mangel (Blut-Ebene)	179
9.7 LWS-Syndrome	180
9.7.1 Akute Blockierung in Leitbahnen und Kollateralen: Akute Rückenschmerzen	180
9.7.2 Bi-Syndrom: Nässe-Wind, Kälte	181
9.7.3 Kälte, Nässe, Blut-Stase	182
9.7.4 Qi-Stagnation und Blut-Stase	183
9.7.5 Nieren-Schwäche (eher höheres Lebensalter)	183
9.8 Rheuma	184
9.8.1 Hitze	184
9.8.2 Hitze oben Kälte unten	185

9.8.3 Kälte	186
9.8.3.1 Kälte-Bi pathogene Faktoren in den Leitbahnen	186
9.9 Sucht	189
9.9.1 Alkohol	189
9.9.2 Rauchen	189
9.9.3 Adipositas	190
10 Anhang	191
10.1 Abbildungsverzeichnis	191
10.2 Tabellenverzeichnis	192
10.3 Literaturverzeichnis	193

1 Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin

Die fünf Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin

- Akupunktur
- Bewegungsübungen z.B. Taichi, Qi gong
- Ernährungslehre nach 5 Elementen
- Phytotherapie
- Tuina Massage

1.1 Geschichte der Traditionellen Chinesischen Medizin

- Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist eine Zusammenfassung der verschiedenen Lehrmeinungen und Richtungen in der jahrtausende alten Geschichte der Chinesischen Medizin
- Mao Tse Tung initiierte in den 50iger Jahren ein Programm mit dem Ziel die eigenen "medizinischen Schätze" zu heben, um die Bevölkerung unabhängig versorgen zu können. Dies war die Geburtsstunde der TCM. Auf Grund der ideologischen Ausrichtung der politischen Schöpfer der TCM waren die spirituellen und philosophischen Aspekte aber konsequent abgelehnt worden.
- Seit den 80iger Jahren bemühen sich viele Schulen in China und Europa auf der Basis der TCM unter Einbeziehung aller wesentlichen historischen Aspekte eine Ausbildung zu bieten, die dem ursprünglichen ganzheitlichen Ansatz gerecht wird.

1.2 Der Mensch in der Sicht der chinesischen Medizin

Das Bild des Menschen und der Gesellschaft war abhängig von der jeweiligen philosophischen Richtung und der zeitlichen Epoche:

- Konfuzianismus
- Taoismus
- Buddhismus

1.3 Das Konzept des Qi



Throughout all creation, there is but one Qi
Zhuang Zi (ca. 400 v.Chr.)

- Das große Leere besteht aus Qi. Qi kondensiert, um zu den Myriaden von Dingen zu werden. Die Dinge zerfallen notwendigerweise wieder und kehren zum großen Leeren zurück
- „Verteiltes Qi ist genauso substanziell wie kondensiertes..“ (Zhang Zai)
- „Wenn sich Qi verdichtet, so formt es Wesen“ (Zhu Xi)
- „Qi ist die Basis des Menschen“ (Nanjing, Klassiker der schwierigen Fragen)

Die grundlegende „Lebensenergie“

Das Sichtbare - das ist unsere Umwelt, die Gesellschaft, ist alles das, was wir als materiell bezeichnen können. Im medizinischen Kontext ist das Sichtbare unser körperliches Substrat. Es sind die Flüssigkeiten, die Zellen, das Gewebe etc., alles das, was man tasten und sehen kann. Die nicht sichtbaren Kräfte bewirken jedoch zum Beispiel, dass dieser sichtbare Körper leben kann. Ansehen kann man einem Körper nicht, dass er lebt, nur an Bewegungen wie z.B. des Atems, oder des Pulses ist dies zu erkennen.

„Die Welt zum einen als sichtbare Welt zu erfassen, zum anderen aber das offensichtliche Wirken wie auch immer gearteter unsichtbarer Kräfte zu registrieren, ist eine Grunderfahrung menschlichen Daseins“.

Die Menschen haben verschiedene Erklärungsmodelle für dieses unsichtbare Wirken entwickelt, im Westen wie im Osten, in Afrika ebenso wie in Amerika. Ist es ein Schöpfer, ein Gott, der Leben schafft und vernichtet? Sind es die Ahnen oder die Vorfahren, die im Menschen weiterleben und Heil oder Unheil bewirken? Sind es Dämonen oder Geister aus der Natur, Hexen oder Zauberer? Sind es elektrische Ströme oder chemische Prozesse? Im alten China wurde um die Zeitenwende herum das Konzept "Qi" geschaffen.

Philosophische Aspekte

Dieses älteste Konzept der chinesischen Kultur zeigt einen grundlegenden Unterschied des chinesischen zum westlichen Denken auf: Anders als die westliche Philosophie, die in ihren Hauptströmungen nie das Leib-Seele-Problem auflösen konnte, sondern diesem gegenüber meist extreme Positionen einnahm, kennt die chinesische Philosophie eine grundlegende einheitliche Energie, die allem Leben, sowohl in seinen materiellen wie in seinen psychischen Ausprägungen, zugrunde liegt: Das Qi.

Das Schriftzeichen

Das chinesische Schriftzeichen für Qi stellt aus einem Reistopf aufsteigenden Dampf dar. Es ist das, was am Leben hält, nährt, es ist die aufsteigende, nach oben wachsende, sich entfaltende Bewegung. Sie ist im Menschen ebenso wie in der Natur die Bewegung und das Leben an sich - denn dieses geht einher mit Bewegung. Auch im heutigen modernen Chinesisch wird der Begriff "Qi" gebraucht, so in den Zeichenkombinationen für das Auto (Qi-Wagen) oder für Selterwasser (Qi-Wasser). Der Begriff bedeutet also nichts Mystisches, sondern ist die Kennzeichnung für Funktion und Bewegung.

So kann man dem Qi auch keine eindeutige Eigenschaft in Kategorien von "materiell" oder "immateriell" zuweisen, sondern das Qi kann gewissermaßen beide Zustände annehmen, es kann zu Materialität kondensieren oder in die Immaterialität diffundieren. Die Chinesen unterscheiden dabei 3 Abstufungen oder Manifestationen des Qi, die, ebenso wie das Qi selbst, als vitale Substanzen bezeichnet werden. Dies sind:

- Blut-xue
- Essenz-jing und
- Körperflüssigkeiten (Säfte)-jinye

Die gröberen Manifestationen von Qi werden von den chinesischen Philosophen häufig unter dem Begriff Erde kategorisiert, während die leichten, immateriellen Formen von Qi dem Himmel zugerechnet werden.

Verschiedene "Qi" und wo sie herkommen

Im menschlichen Organismus gibt es verschiedene Erscheinungsformen des Qi. Jedes Organ hat sein Qi, verschiedene Funktionen werden „Ying (Nähr-)Qi“ oder „Yuan (Ursprungs-)Qi“, aber auch „Leber-Qi“ oder „Milz-Qi“ etc. zusammengefasst.

Gebildet wird dieses Qi durch Aufnahme und Verwertung verschiedener Energiequellen. Genutzt wird zum einen ein angeborenes Potential und zum anderen das, was unsere Umwelt zur Verfügung stellt. Alles Lebensnotwendige erhalten wir aus der Nahrung und durch die Atmung. Die Lunge, das Verdauungs- und Stoffwechselsystem haben die Aufgabe, diese „Energien“ für den Organismus umzuwandeln und verfügbar zu machen.

Das Kanalsystem

Verteilt wird dieses körpereigene Qi dann durch ein gewaltiges System von Leitbahnen. In "Meridianen" verschiedenster Größe wird dafür gesorgt, dass jeder Millimeter unseres Körpers, innen und außen mit Qi versorgt wird und somit lebt. Das Qi garantiert außerdem, dass der Mensch seine Integrität bewahrt. Über die Körperoberfläche findet ein Austausch mit der Umwelt statt wobei das Eindringen von krankmachendem fremden Qi verhindert wird.

Der Mensch in der chinesischen Medizin

Der Mensch wird von den Chinesen, gemäß der obigen Unterteilung, als ein Wesen betrachtet, dessen Qi aus der Interaktion von Himmel und Erde resultiert. Die medizinische Relevanz dieser Aussage liegt darin, dass diese Interaktion bestimmten Gesetzmäßigkeiten folgt. Befindet sich der Mensch und der Fluß seines Qi im Einklang mit diesen Gesetzmäßigkeiten, so kann man von körperlicher und seelischer Gesundheit sprechen. Ist aber der Fluss des Qi über längere Zeit gestört, so entsteht Krankheit. So kann ein blockierter Qi-Fluß zu übermäßiger Kondensation des Qi führen, woraufhin z.B. Tumore entstehen können.

Krankheit und Gesundheit

Zu einer Krankheit kann es kommen, wenn Teile des gesamten Systems nicht mehr richtig funktionieren. Hier kann dann die chinesische Medizin intervenieren und den richtige Fluss der Energien wieder herstellen. Versagt das System der Qi-Gewinnung, so stirbt der Mensch. Das ist der Fall, wenn das angeborene Potential verbraucht ist, oder z.B. die Atmung versagt oder keine Nahrung mehr aufgenommen werden kann.

Der Arzt hat die Aufgabe, den Qi-Fluß seines Patienten in seinen natürlichen Bahnen zu gewährleisten, bzw. ihn wiederherzustellen, wenn er gestört ist. Dazu hat die chinesische Medizin eine komplexe Lehre von den Bahnen und Wirkweisen der verschiedenen Ausformungen von Qi entworfen. Sie basiert auf der oben angesprochenen Dreiteilung der Qi-Manifestationen, unterscheidet diese aber wieder, je nach ihrer Funktion und Korrespondenz mit bestimmten Organen.

Darüber hinaus sind die Manifestationen von Qi nicht statisch, sondern in einem ständigen Umwandlungsprozess begriffen. Das Funktionieren dieses Prozesses hängt wiederum vom intakten Funktionieren der Organe ab. Interessant ist dabei, das die Chinesen gemäß dieser Lehre den Organen des Menschen völlig andere Funktionen zuweisen, als die westliche Schulmedizin.

Chinesische Arzneimittel setzen bei der Funktion der Organe und dem Fluss von Qi und Blut an. Die Akupunktur und Moxibustion benutzen die Qi-Höhlen (Löcher= Akupunkturpunkte) auf den Leitbahnen, um Stauungen und Blockaden zu beheben.

Verschiedene Übungen können auch dazu beitragen, den gleichmäßigen und kräftigen Fluss des Qi anzuregen und aufrechtzuerhalten, wie Qigong oder Taijiquan („Schattenboxen“). Mit der traditionellen chinesischen Massage Tuina kann der Qi-Fluss vor allem in den Muskeln und Gelenken angeregt werden.

- **Liu Yutang (anno 1330, Leibarzt des Kaisers):**

„Wer auf seine Gesundheit Wert legt, muß mäßig in seinem Geschmack sein, die Sorgen von sich weisen, seine Begierden dämpfen, seine Gefühle mäßigen, seine Lebenskraft in acht nehmen, mit Worten sparen, von Erfolg und Mißerfolg nicht allzu hoch denken, Sorgen und Schwierigkeiten verachten, törichtem Ehrgeiz den Laufpaß geben, überstarke Neigungen und Abneigungen vermeiden, Gesicht und Gehör mit Gelassenheit gebrauchen...Sein Ziel muß es sein, ein klein wenig hungrig zu bleiben... und immer noch ein klein wenig gut gefüllt sein, wenn er Hunger hat. Gut gefüllt sein, schädigt die Lunge, und Hunger haben, hemmt den Fluß der Lebensenergie.“

- **Definition der WHO 1984:**

Gesundheit ist ein Zustand vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und daher weit mehr als die bloße Abwesenheit von Krankheit oder Gebrechen.

- **Ärztliche Praxis:**

Man kann zehn Jahre lang medizinische Texte studieren und findet keine solchen Patienten in der Klinik

Man kann zehn Jahre in der Klinik arbeiten Und findet keine solchen Patienten in irgendeinem Medizinischen Fachbuch

Before you put your hands on any patient, stop, say a prayer, and remember: it's not you that is doing the healing." (Mrs. Tseng-Ni Qian Yun, eine mütterliche Ermahnung an den Sohn zu Beginn seiner medizinischen Karriere) aus: Robert Johns, The Art of Acupuncture

1.4 Yin und Yang

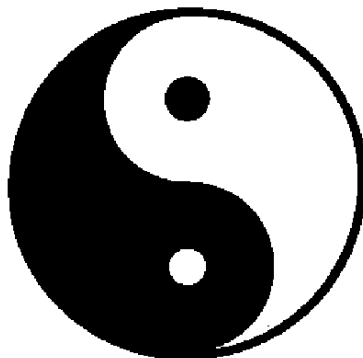
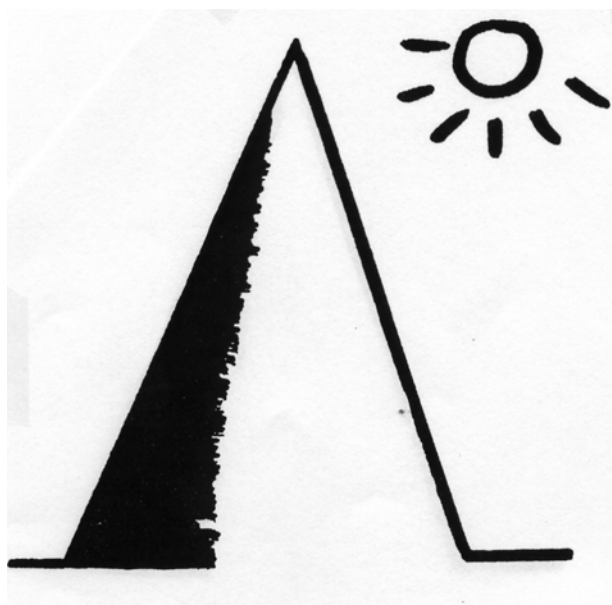


Abb.1: Das Tao

- Das Konzept von Yin und Yang wurde schon in dem frühesten aller Klassiker dem Yijing (I-Ging) erwähnt: „Ein Yin und ein Yang bilden das Tao“
- „Die komplementäre Gegensätzlichkeit, die die Grundelemente, alle Phänomene und Ereignisse im gesamten Universum enthält“ (Zhang Yu Han, Ken Rose: „riding the dragon“)

Yin
Schatten



Yang
Sonne

Abb. 2: Yin und Yang

1.4.1 Das Yin-/Yang Symbol

Das alte chinesische Zeichen, in dem das Dunkle (Yin) und das Helle (Yang) immerwährend kreisen, sich ergänzen und hervorbringen, symbolisiert das sich ständig verändernde Gleichgewicht von Yin und Yang. Dieses Gleichgewicht bestimmt den freien Fluss des Qi, der Lebensenergie. Diese beiden Kräfte bilden das dynamische Gegensatzpaar, das allem Leben zugrunde liegt, wie Tag und Nacht, Aktivität und Ruhe, Ein- und Ausatmen, Geben und Nehmen auf allen Gebieten. Aus dieser zentralen Idee des sich immer wieder neu formenden Gleichgewichts entwickelte sich die Chinesische Medizin und ihre Auffassung darüber, wie Krankheit entsteht und Gesundheit erhalten wird. Das Ungleichgewicht, also die Krankheit, wird durch eine Kombination verschiedener Faktoren verursacht, die vom Therapeuten untersucht und eingeschätzt werden:

- **Angeborene Konstitution:**
Familienkrankheiten und -tendenzen müssen beachtet werden. Die TCM bezieht familiäre Erkrankungsneigungen in ihre Diagnose ein. Sie ortet die Bereiche der geschwächten Widerstandskraft und stärkt die Konstitution.
- **Emotionaler und geistiger Zustand:**
Belastende Emotionen wie Stress, Sorgen, Ängste, Nöte, Abneigungen, Ärger, Trauer etc. können innere Organe und den Körper insgesamt schwächen, da sie in einer besonderen Wechselwirkung mit diesen stehen. Umgekehrt können erkrankte innere Organe emotionale Entgleisungen hervorrufen.
- **Ernährung:**
Die schlechte Qualität und der niedrige Nährwert der heutigen Lebensmittel ist auch eine Ursache von Erkrankungen. Die meisten Nahrungsmittel enthalten Spuren von chemischen Substanzen wie Geschmacks-, Farb- und Konservierungsstoffe sowie Pestizide. Auch unregelmäßige und zu kurze Essenszeiten unter Anspannung und Zeitdruck sind heute die Gründe einer schleichenden Zunahme von Erkrankungen.
- **Umweltfaktoren:**
Kälte, Wind, Hitze, Feuchtigkeit oder Trockenheit können jeweils allein oder in Kombination schädigend auf den Organismus einwirken. Die Wetterfühligkeit ist nur ein deutliches Beispiel dafür. Auch die familiären Verhältnisse, die Wohnsituation sowie berufliche Tätigkeit werden als mögliche Krankheitsfaktoren berücksichtigt.
- **Traumen:**
Damit sind nicht nur körperliche Unfälle, sondern auch tiefliegende emotionale Verletzungen gemeint, die in der Diagnostik beachtet werden.
- **Drogen:**
Genussmittel wie Tee oder Kaffee, Tabak, Alkohol, Zucker sowie Drogen und chemische Medikamente stellen häufige Erkrankungsursachen dar. Mit Hilfe der Akupunktur lässt sich sowohl der Drogen- als auch der Medikamentenmissbrauch wirkungsvoll behandeln.

1.4.2 Das Yin-/Yang-Konzept in der chinesischen Philosophie

Das Konzept der beiden Polaritäten Ying und Yang dürfte nicht nur im Westen die bekannteste philosophische Lehre Chinas sein, sondern gilt auch in China als wichtigste Theorie, sowohl der chinesischen Medizin wie auch der chinesischen Philosophie.

Die wohl früheste Erwähnung des Begriffspaars Yin und Yang findet sich bereits 700 v.Chr. im I-Ging, dem Buch der Wandlungen, welches auch im Westen als Orakel- und Weisheitsbuch große Verbreitung gefunden hat. Um 300 v. Chr. existierte in China sogar eine philosophische Schule namens Yin-Yang-Schule, die sich ganz dieser Theorie gewidmet hat.

Philosophisch repräsentieren Yin und Yang ein Gegensatzpaar, welches weniger ausschließender, sondern vielmehr ergänzender Natur ist. Alle Dinge der Welt beinhalten sowohl Yin- wie auch Yang-Eigenschaften, die Charakteristik eines der beiden Momente tritt aber erst dann in Erscheinung, wenn ein Ungleichgewicht zwischen Yin und Yang aufgetreten ist und so die Eigenschaften des dominierenden Elements an die Oberfläche tritt.

Ein reines oder absolutes Yin oder Yang gibt es dabei nicht, vielmehr sind Yin und Yang relative Bezeichnungen, wie warm und kalt, die nur in Relation zu einem anderen Sinn machen. Wie ein Gegenstand im Vergleich zu einem anderen wärmer, zu einem weiteren aber kälter sein kann, so kann ein Ding im Verhältnis zu einem anderen yang sein, im Verhältnis zu einem dritten aber yin. In jedem Yin liegt aber immer der Keim von Yang und umgekehrt - erkennbar an den beiden Punkten in dem berühmten Yin/Yang-Symbol. Konkret bedeuten Yin und Yang die schattige und die sonnige Seite eines Hügels, in weiterem Sinne also Dunkelheit und Licht. Die Chinesen haben

aber von alters her alle Dinge ihrer Erfahrungswelt den beiden Polaritäten zugeordnet, was die folgende Auswahl veranschaulichen mag:

Yang	Yin
Licht	Dunkelheit
Sonne	Mond
Helligkeit	Schatten
Aktivität	Ruhe
Himmel	Erde
Rund	Flach
Zeit	Raum
Osten	Westen
Süden	Norden
Links	Rechts

Tabelle 1: Yin und Yang

Yin und Yang dürfen dabei nicht statisch aufgefasst werden, sondern als Stadien innerhalb eines universalen Transformationsprozesses. Der Kreislauf der Jahreszeiten und der Wechsel von Tag und Nacht sind die deutlichsten Beispiele für das ewige Wechselspiel von Yin und Yang. Man findet es aber auch im Lebenszyklus eines Menschen oder etwa im Verdauungsprozess, womit wir bereits den medizinischen Bereich berühren.

Im ständigen Umwandlungsprozess von Yang in Yin und Yin in Yang ist es bedeutsam zu Wissen, wodurch der jeweilige Prozess verursacht wurde, um daraus Prognosen für die Zukunft stellen zu können bzw. für den Arzt, um eine Diagnose stellen zu können. Die Chinesen unterscheiden, neben dem ausgeglichenen, zwischen vier Verhältnissen von Yin und Yang:

- Überwiegen des Yin
- Überwiegen des Yang
- Schwäche des Yin
- Schwäche des Yang

Die Schwäche des einen Pols ist nicht identisch mit dem Überwiegen des anderen. Die Erscheinungen mögen sich ähneln, aber für eine Durchdringung der Ursachen eines Ungleichgewichtes von Yin und Yang ist es notwendig zu wissen, ob diesem ein Überwiegen oder eine Schwäche vorausging.

1.4.3 Das Yin-/Yang-Konzept in der chinesischen Medizin

Die Yin-/Yang-Theorie ist die grundlegende Lehre der chinesischen Medizin. Ihr Ziel ist es, ein gestörtes Gleichgewicht von Yin und Yang im Körper des Kranken wiederherzustellen. Dies erfordert die genaue Kenntnis der Ursache des Ungleichgewichts, auf deren Grundlage Methoden zur Stärkung oder Minderung des jeweiligen Momentes indiziert werden können.

Giovanni Maciocia schreibt in seinem Standardwerk "Die Grundlagen der Chinesischen Medizin":

„Wir können sagen, daß die ganze Chinesische Medizin, ihre Physiologie, Pathologie, ihre Diagnose und Behandlungsmethoden auf die zugrundeliegende fundamentale Theorie von Yin und Yang zurückgeführt werden können. Jeder physiologische Vorgang, jedes Symptom und Krankheitszeichen kann im Licht der Yin-Yang-Theorie analysiert werden. Letztlich zielt jede Behandlungsmaßnahme auf eine der vier folgenden Strategien ab:

- *Das Yang stärken*
- *Das Yin stärken*
- *Yang-Fülle beseitigen*
- *Yin-Fülle beseitigen*

(...) *Wir können sagen, daß es keine chinesische Medizin ohne Yin-Yang gibt."*

Die Teile des Körpers, insbesondere auch die Organe, lassen sich in solche, die eher zum Yin, und solche die eher zum Yang gehören, unterteilen. Beispielsweise gehört der Kopf zum Yang, der Rest des Rumpfes zum Yin, da Yang immer den feineren, aufsteigenden, dem Himmel zustrebenden Elementen zugeordnet ist, Yin hingegen den gröberen, schwereren, der Erde zustrebenden. Innerhalb von Kopf und Rumpf lassen sich dann aber wieder Yin- und Yang-Bereiche unterscheiden.

Unter den Organen lassen sich diejenigen dem Yang zuordnen, die die Nahrung aufspalten, transformieren und ausscheiden, während Yin-Organen für die Speicherung der durch diesen Prozess gewonnenen Stoffe zuständig sind.

Magen und Darm wären also typische Yang-Organen, während Milz und Leber überwiegend Yin-Eigenschaften haben. Vor allem aber erlaubt es die chinesische Medizin, die verschiedenen Krankheitssymptome auf ihre Yin- bzw. Yang-Eigenschaften hin zu interpretieren. Anzeichen von Hitze (Fieber) oder Erregung sind Ausdrücke von einer Yang-Dominanz, während sich ein Überwiegen von Yin in Frösteln, Schläfrigkeit oder starker Sekretion äußern können. Die folgenden Leitkriterien lassen sich aufstellen:

Yang	Yin
Feuer	Wasser
Heiß	Kalt
Rastlos, unruhig	Ruhig
Trocken	Feucht
Hart	Weich
Erregung	Hemmung
Schnell	Langsam
Nicht-substantiell	Substantiell
Transformation, Wandel	Bewahrung, Speicherung

Tabelle 2: Ying und Yang

Auch der Verlauf einer Krankheit läßt Rückschlüsse auf seine tiefere Ursache zu: Akute Krankheiten, solche die sich schnell verändern oder plötzlich beginnen deuten auf ein Dominieren des Yang, während chronische, schleichende Krankheiten, oder solche die langsam beginnen auf ein Überwiegen des Yin hinweisen.

Wie bereits beim philosophischen Aspekt der Yin-Yang-Lehre erwähnt kann einem Ungleichgewicht von Yin und Yang sowohl die Schwäche des einen Aspektes als auch ein Übermaß des anderen zugrundeliegen. Erst wenn man herausgefunden hat, welcher Fall vorliegt, kann man Maßnahmen ergreifen, um einen Aspekt zu stärken oder einen anderen zu mindern, um einen Ausgleich herbeizuführen und die gestörte Gesundheit des Patienten wiederherzustellen.

	Yin	Yang
Makrokosmos	<p>Schatten</p> <p>Dunkelheit Mond Nacht Kälte Wasser Feuchtigkeit Weichheit</p> <p>Erde</p> <p>Unten Absinken Flach Kontraktion Materie Substantiell Westen Norden Raum</p> <p>Ruhe</p> <p>Langsamkeit Hemmung Wachstum Erzeugt Form Bewahrung, Speicherung, Erhaltung</p>	<p>Licht</p> <p>Helligkeit Sonne Tag Wärme Feuer Trockenheit Härte</p> <p>Himmel</p> <p>Oben Aufsteigen Rund Expansion Energie Nicht substantiell Osten Süden Zeit</p> <p>Aktivität</p> <p>Schnelligkeit Erregung Zeugung Energie Transformation Wandel</p>
Körper	<p>Anteromediale Oberfläche</p> <p>Rechts Vorderseite Innen (Abdomen, Organe) Unterhalb der Taille Struktur der Organe Blut, Körpersäfte Nähr-Qi</p>	<p>Posterolaterale Oberfläche</p> <p>Links Hinterseite Außen (Haut, Muskeln) Oberhalb der Taille Funktion der Organe Qi Abwehr-Qi</p>

Symptome	<p>Chronisch</p> <p>Langsamer Beginn und Verlauf Kältegefühl Schläfrigkeit Möchte zugedeckt werden Rollt sich zusammen Kalte Extremitäten Kalter Körper Blasses Gesicht Vorliebe für warme Getränke Leise Stimme, redet wenig Seichte, schwache Atmung Kein Durst Reichlicher, heller Urin Weiche Stühle Blaue Zunge Leerer Puls</p>	<p>Akut</p> <p>Rascher Beginn und Verlauf Hitzegefühl Unruhe, Schlaflosigkeit Wirft die Bettdecke ab Liegt lieber ausgestreckt Heiße Extremitäten Heißer Körper Rotes Gesicht Vorliebe für kalte Getränke Laute Stimme, redet viel Heftige Atmung Durst Spärlicher, dunkler Urin Verstopfung Rote Zunge, gelber Belag Voller Puls</p>
Charaktereigenschaften	<p>Ruhe</p> <p>Flexibilität Stabilität, Belastbarkeit Widerstandsfähigkeit Ausdauer Selbstsicherheit Zufriedenheit Kreativität Disziplin Phlegma</p>	<p>Aktivität</p> <p>Begeisterung Schwung Leistungskraft Wille, Mut Ausstrahlung Freude Kommunikation Konzentration Rastlosigkeit</p>
Zeitverlauf	<p>Äußerstes Yin</p> <p>Mitternacht Winter</p> <p>Yang im Yin</p> <p>6 Uhr Frühling</p>	<p>Äußerstes Yang</p> <p>Mittag Sommer</p> <p>Yin im Yang</p> <p>18 Uhr Herbst</p>

Tabelle 3: Überblick Yin und Yang

1.4.4 Die acht Zustände der Imbalance

- **Akut** (1-30 Tage)



Fülle

Yang-Typ

Yin-Typ

Yin und Yang

Therapieprinzip: Sedieren

- **Chronisch** (> 6 Monate)



Leere

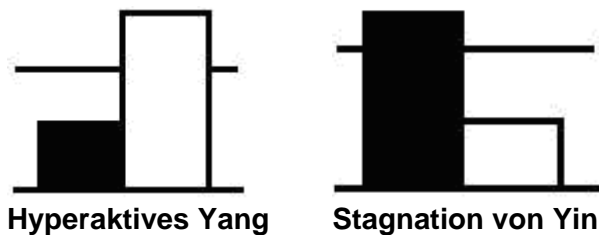
Yin-Typ

Yang-Typ

Yin und Yang

Therapieprinzip: Tonisieren

- **Subakut** (< 6 Monate und rekurrent)



Hyperaktives Yang

Stagnation von Yin

Therapieprinzip: Sedieren und Tonisieren

Abb. 3: Zustände der Imbalance von Yin und Yang

1.5 Die Substanzen des Lebens

- Qi
- Blut (Xue)
- Essenz (Jing)
- Säfte (Jinye)

1.5.1 Die verschiedenen Arten von Qi

- Ursprungs-Qi (Yuan Qi)
- Nahrungs-Qi (Gu Qi)
- Sammel-Qi (Zhong Qi, Ahnen-, essenzielles-Qi)
- Wahres-Qi (Zhen Qi)

Nimmt zwei Formen an

- Nähr-Qi: Fließt in den Meridianen
- Abwehr-Qi: Zirkuliert unter der Haut

Funktionen von Qi im Körper

- Umwandeln
- Transportieren
- Halten
- Heben
- Schützen
- Wärmen

1.5.2 Blut (Xue)

- Blut wird von Milz, Lunge und Herz gebildet, entscheidend ist das durch die Nahrung aufgenommene Qi
- Blut ist eine dichte Form von Qi
- Blut ist im Verhältnis zu Yin Yang und im Verhältnis zu Yang und Qi Yin
- Blut transportiert (Nähr-) Qi und Feuchtigkeit
- Blut wird in der Leber gespeichert
- Herz regiert das Blut
- Die Milz hält das Blut in den Gefäßen

1.5.3 Essenz (Jing)

- Essenz ist ein substanzieller, fluider Zustand von Qi
- Sie ist zum großen Teil ererbt
- Sie ist in den Nieren beheimatet
- Sie ändert sich nur langsam
- Vor-Himmels-Essenz (von den Eltern) ist die fundamentale Substanz, die den Körper bildet
- Nach-Himmels-Essenz (aus der Nahrung), ist die grundlegende Substanz, die die lebensnotwendigen Aktivitäten aufrechterhält
- Nieren-Essenz (beide Quellen) Wachstum, Entwicklung, Reproduktion

1.5.4 Säfte (Jinye)

- Entstammen der Nahrung und Flüssigkeit
- Aufteilung in reine und unreine Anteile
- Die reinen steigen auf zur Lunge und werden zur Haut und z.T. wieder abwärts zur Niere transportiert
- Die unreinen steigen ab und werden ausgeschieden
- Flüssigkeiten (klar, leicht, beweglich) befeuchten Haut und Muskeln, manifestieren sich in Schweiß, Tränen und Speichel
- Säfte (schwerer, dichter) befeuchten Gelenke, Gehirn, Mark, Sinnesorgane

1.5.5 Die Substanzen des Lebens im Überblick

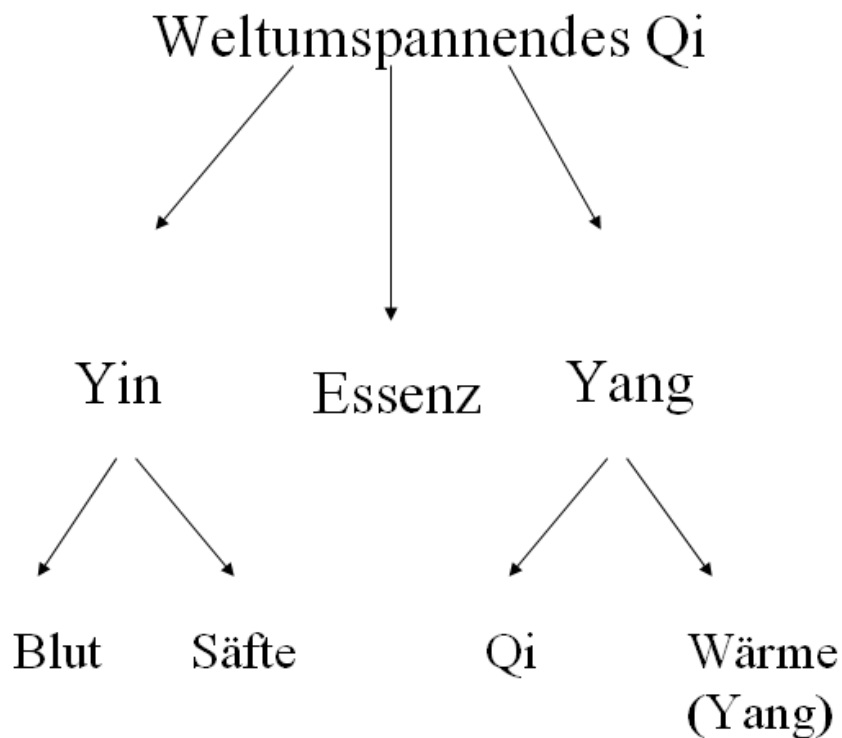


Abb. 4: Substanzen im Überblick

1.6 Die fünf Wandlungsphasen (wu xing)

1.6.1 Die Theorie der wu xing in der chinesischen Medizin

Hintergrund der chinesischen Medizin war im alten China und ist auch heute noch eine umfassende eigene Denkweise. Mit Akupunktur, der Moxibustion, der Kräuterheilkunde, aber auch mit Ratschlägen zur Lebensführung sollen erkrankte Menschen wieder in Harmonie mit ihrer Umwelt gebracht werden.

Wenn der Mensch im Einklang mit der Natur lebt, bleibt er gesund. Handelt er gegen die natürlichen Entwicklungen, wird er krank. Aus diesem Grund spielte die Beobachtung von Bewegungen und Entwicklungen der Natur in China eine große Rolle. Einflüsse von Sonne, Mond und Sternen, von Wind und Wetter sowie der Umgebung wurden ebenso genauestens beobachtet wie die Ernährungsgewohnheiten und die Lebensweise.

Daraus ergab sich ein System, das sich am Ablauf der 4 Jahreszeiten orientierte, zu denen sich eine fünfte „Zwischenzeit“ gesellt. Jedem ist es vertraut, dass man sich im Frühling anders fühlt als im Winter oder im Herbst. Die Natur vermittelt dem Menschen im Frühjahr den Unternehmungsgeist, im Herbst die traurige Grundstimmung, im Winter den Drang zur Gemütlichkeit im trauten Heim und im Sommer die magische Anziehungskraft der Geselligkeit in Cafés und Biergärten. Für die Gesundheit bedeutet das, im Einklang mit den 5 Jahreszeiten zu leben, um gesund zu bleiben oder zu werden.

Eine große Erweiterung dieses Systems war die Zuordnung von den verschiedensten körperlichen, geistigen und emotionalen Funktionen des Menschen zu diesen 5 Phasen des Jahres.

Diese werden in der chinesischen Medizin die „5 Wandlungsphasen“ Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser bezeichnet. So gehören beispielsweise zu der Wandlungsphase Holz neben dem Frühling die Emotion Wut und die Anspannung, die Funktionen der Muskeln und Sehnen ebenso wie das Auge und seine Sehkraft. Der Drang zur Selbstverwirklichung und die Durchsetzungsfähigkeit werden ebenso dem Holz zugeordnet wie die Organe Leber und Gallenblase. Hierbei sei daran erinnert, dass auch wir in unserem Sprachgebrauch diese inneren Organe mit Gefühlen in Zusammenhang bringen: Da „kommt einem die Galle hoch“, es „läuft einem eine Laus über die Leber“, man ist „sauer“....

Jedes Ding kann einem dieser Elemente zugeordnet werden. Zwischen den Fünf Elementen besteht ein genau definiertes Kräfte- und Wirkverhältnis. Sie bilden, neben der Yin-Yang-Theorie, die zweite Hauptsäule der chinesischen Medizin und stammen aus derselben Schule wie die Lehre von Yin und Yang.

Die fünf Elemente beschreiben die unterschiedlichen Qualitäten und Zustände, die den Naturphänomenen innewohnen. Wie Yin und Yang haben auch die fünf Elemente, neben ihrer medizinischen, noch eine weit umfassendere philosophische, naturwissenschaftliche und politische Bedeutung. Im Buch „Shang Shu“ heißt es:

„Die fünf Elemente sind Wasser, Feuer, Holz, Metall und Erde. Wasser befeuchtet nach unten, Feuer schlägt nach oben, Holz kann gebogen und geradegerichtet werden, Metall kann geformt werden und erhärten, die Erde erlaubt das Säen, Wachsen und Ernten. Was durchtränkt und absteigt (Wasser) ist salzig, was emporschlägt ist (Feuer) ist bitter, was gebogen und geradegerichtet werden kann (Holz) ist sauer, was geformt werden und erhärten kann (Metall) ist scharf, was das Säen, Wachsen und Ernten erlaubt (Erde), ist süß.“

Wie aus diesem Zitat ersichtlich besteht zwischen den einzelnen „Elementen“, die jeweils bestimmte Bereiche der Natur repräsentieren, ein kompliziertes Wechselverhältnis. Dieses Verhältnis, das den Kern der Fünf-Elemente-Theorie ausmacht, wird von den Chinesen in unterschiedlichen Sequenzen beschrieben. So gibt es eine Sequenz der gegenseitigen „Hervorbringung“ welche besagt, dass die fünf Elemente zyklisch auseinander entstehen: Holz

erzeugt Feuer, Feuer Erde, Erde Metall, Metall Wasser und Wasser wieder Holz. Des weiteren gibt es Sequenzen der gegenseitigen „Kontrolle“ der Elemente, ihrer gegenseitigen Überwindung und eine der sogenannten „Verachtung“ - all diese Sequenzen dienen dazu, das vielschichtige Verhältnis der Elemente untereinander zu beschreiben.

Daneben haben die fünf Elemente auch eine zeitliche Dimension, so lassen sie sich jeweils einer bestimmten Jahreszeit zuordnen und die Chinesen kennen eine Vielzahl von Entsprechungen, die den Elementen zuzuordnen sind, so auch solche des menschlichen Körpers. Danach lassen sich die menschlichen Organe und ihre Funktionen den fünf Elementen zuordnen und somit kann man auch das Verhältnis zwischen den Elementen auf das der Organe anwenden.

Aus der Kenntnis der oben beschriebenen Beziehungen zwischen den fünf Elementen kann der Arzt bei einer Krankheit Rückschlüsse ziehen auf das Kräfteverhältnis der körperlichen Organe untereinander, und aus diesem Wissen heraus kann er versuchen, gezielt den Bereich eines bestimmten Elements zu stärken oder zu vermindern. Dahinter steht die Vorstellung, das nach dem Modell der fünf Elemente ein Kräfteverhältnis zwischen den Organen besteht, welches beim gesunden Menschen ausgewogen ist.

Beim kranken Menschen hat sich im Bereich einer der genannten Sequenzen ein Kräfteungleichgewicht zwischen den Organfunktionen ergeben. Der Arzt muß zunächst herausfinden, wo genau welche Art von Ungleichgewicht entstanden ist, um dann die geeigneten Mittel zu ergreifen, um dem Ungleichgewicht entgegenzuwirken und ein ausgewogenes Kräfteverhältnis unter den Organfunktionen wieder herzustellen.

Bei seiner Diagnose kann sich der Arzt auf spezielle Methoden der TCM stützen. Wichtig sind dabei u.a. die Beurteilung der Gesichtsfarbe, der Tonfall der Stimme, der Geruch sowie der emotionale Ausdruck des Patienten, welche dem Arzt wichtige Hinweise geben können.

In der Akupunktur werden dann bestimmte Punkte benutzt, um die Energien der fünf Wandlungsphasen wieder in Einklang mit der Natur zu bringen.

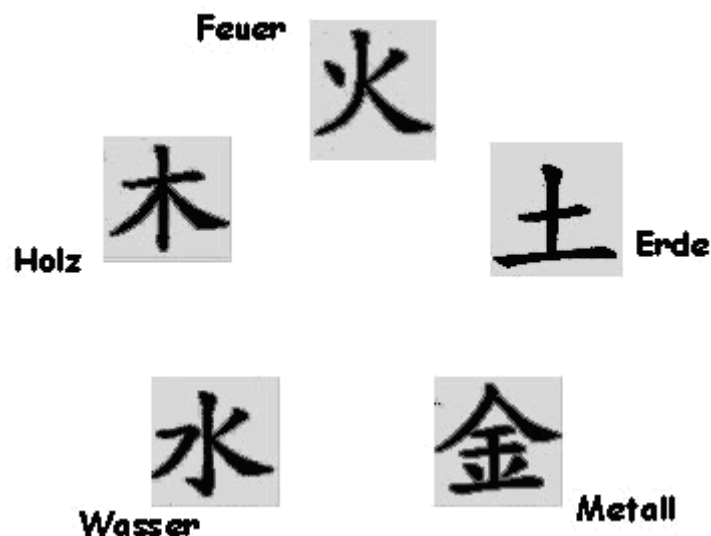


Abb. 5: Die fünf Elemente

- Die fünf Wandlungsphasen (Elemente) sind gemeinsam mit den Konzepten von Qi und Yin und Yang die Grundbausteine des chinesischen Universums.
- Das Zusammenspiel aller Phänomene innerhalb von Makro- und Mikrokosmos sind in klaren Kausalitäten beschrieben. Das bedeutet, dass alle geistigen, emotionalen, energetischen und materiellen Phänomene den 5 Elementen zugeordnet werden können.

1.6.2 Makrokosmos, Jahreszeiten und Klima

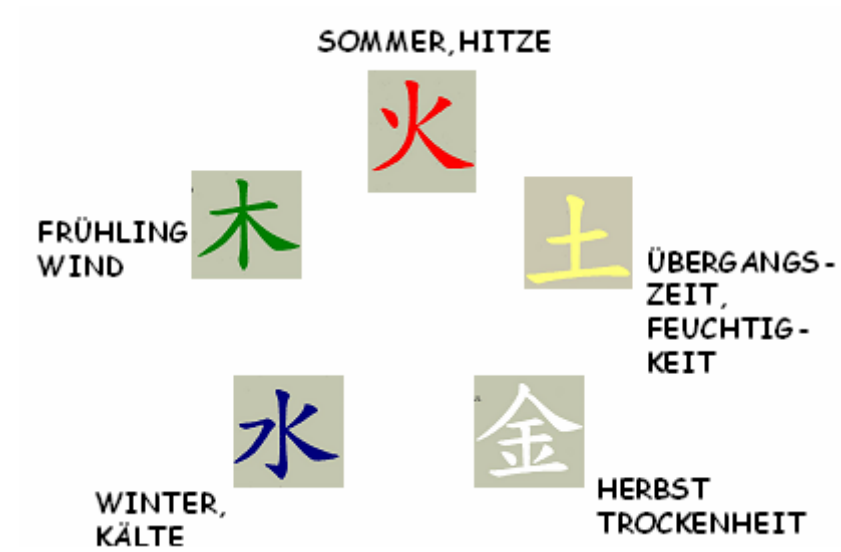


Abb. 6: Fünf Elemente, Jahreszeiten und Klima

1.6.3 Lebensphasen

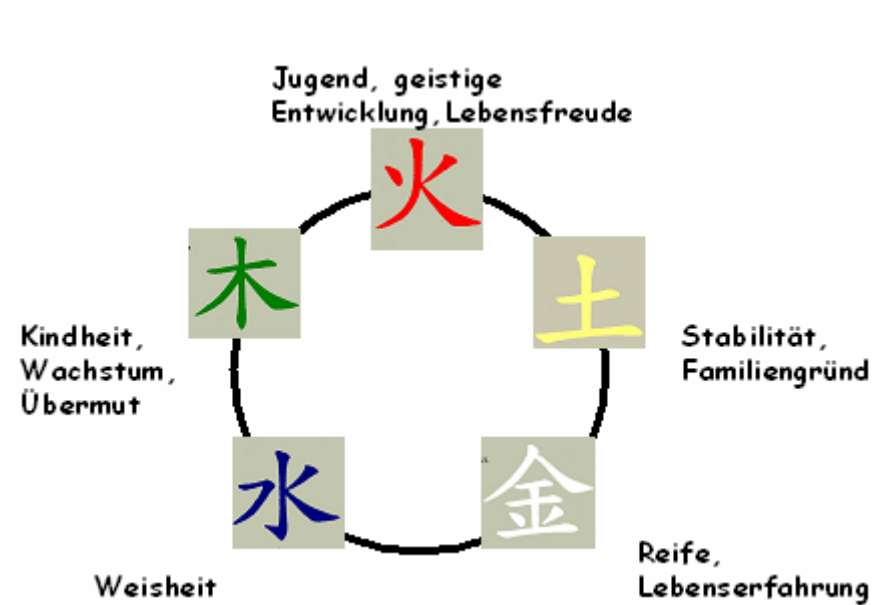


Abb. 7: Fünf Elemente, Lebensphasen

1.6.4 Emotionen

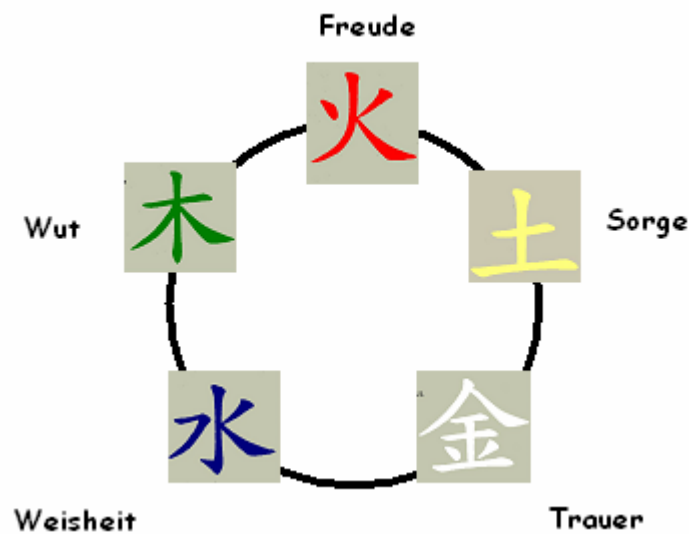


Abb. 8: Fünf Elemente, Emotionen

1.6.5 Ernährungs-, Mutter-Sohn-Zyklus

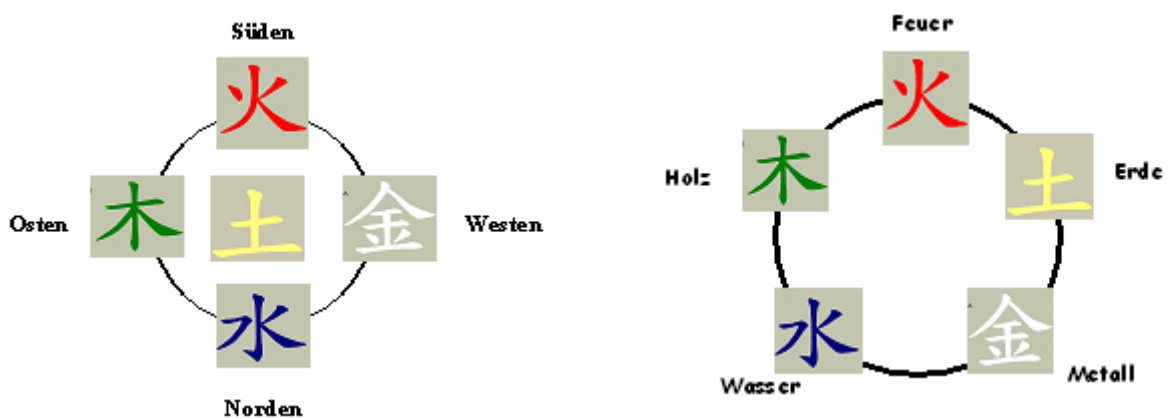


Abb. 9: Fünf Elemente, Ernährungs-, Mutter-Sohn-Zyklus

- In den klassischen Texten „beginnt“ der Zyklus mit der Wandlungsphase Holz
 - Holz ernährt Feuer
 - Feuer fördert Asche (Erde)
 - Aus der Erde kommen die Metalle
 - Metall belebt das Wasser (Mineralien)
 - Wasser lässt die Pflanzen (Holz) wachsen
- In den frühen Darstellungen hat die Wandlungsphase Erde ihren Platz in der Mitte, denn sie ernährt letztendlich alle Elemente.
- Die Betonung einer „guten Mitte“ findet sich in vielen chinesischen Texten.
- Westliche Analogie: „Mutter Erde“

1.6.6 Der Kontrollzyklus

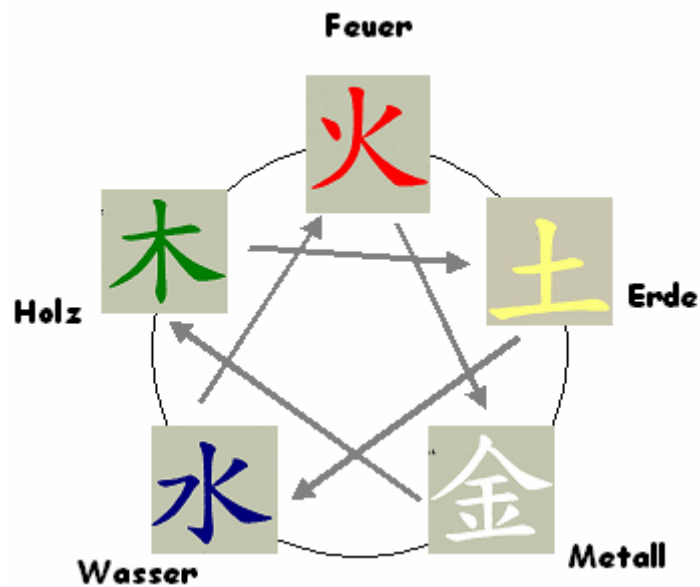


Abb. 10: Fünf Elemente, Kontrollzyklus

- In dem selbstregulierenden System der 5 Wandlungsphasen ist der Kontrollzyklus als ein inhibierender, hemmender und eben kontrollierender Teil etabliert.
- In Anlehnung an den Mutter-Sohn-Zyklus könnte man hier von „die Großmutter passt auf den Enkel auf“ sprechen
 - Wasser kontrolliert Feuer (Wasser löscht Feuer)
 - Feuer kontrolliert Metall (Feuer schmilzt Metall)
 - Metall kontrolliert Holz (Metall spaltet Holz)
 - Holz kontrolliert Erde (Wurzeln durchdringen die Erde)
 - Erde kontrolliert Wasser (Erde schüttet Brunnen zu)

1.6.7 Das Element Holz



- Ist Anfang, Geburt und Kindheit
- Schnelles Wachstum, Entwicklung, Planung und Start eines Unternehmens
- Schnelles Aufwärtstreben der Samen und Triebe

- Jahreszeit: Frühling
- Klima: Wind
- Farbe: Grün
- Yin-Organ: Leber

- Yang-Organ: Gallenblase
- Sinn: Sehen
- Geschmack: Sauer
- Gewebe: Sehnen, Muskeln
- Emotion: Wut, Mut

1.6.8 Das Element Feuer



- Ist das große Yang des Sommers (Jugend hat Feuercharakter)
- Geistige Entwicklung, Inspiration, Intuition, Neugierde, Interesse, Lernen
- Geist verbindet Himmel und Erde

- Jahreszeit: Sommer
- Klima: Hitze
- Farbe: Rot
- Yin-Organ: Herz
- Yang-Organ: Dünndarm
- Sinn: Sprechen
- Geschmack: Bitter
- Gewebe: Blutgefäße
- Emotion: Freude

1.6.9 Das Element Erde



- Ist Mitte, nährendes, ausgleichendes Element
- Leitet Jahreszeiten harmonisch ineinander über
- Reife, Stabilität, Geborgenheit, Wunsch nach der eigenen Verwirklichung (Familie etc.)

- Jahreszeit: Übergangszeit
- Klima: Feuchtigkeit
- Farbe: Gelb

- Yin-Organ: Milz
- Yang-Organ: Magen
- Sinn: Schmecken
- Geschmack: Süß
- Gewebe: Muskeln, Fleisch, Bindegewebe
- Emotion: Sorge

1.6.10 Das Element Metall



- Säfte der Pflanzen sinken nach unten (Laub welkt)
- Urvertrauen
- Existenz auf materieller Ebene
- Durchsetzungskraft, Gerechtigkeit, Verstand, Mitgefühl
- Höhepunkt des Lebens überschritten

- Jahreszeit: Herbst
- Klima: Trockenheit
- Farbe: Weiß
- Yin-Organ: Lunge
- Yang-Organ: Dickdarm
- Sinn: Riechen
- Geschmack: Scharf
- Gewebe: Schleimhäute, Haut
- Emotion: Traurigkeit

1.6.11 Das Element Wasser



- Sitz der ursprünglichen Kraft
- Lebensabend (Geist kommt zur Ruhe), Bescheidenheit, aktives Mitgefühl, Weisheit, Demut
- Ausdauer, Beharrlichkeit, unbeugsamer Wille, Erfolg, langes Leben

- Jahreszeit: Winter
- Klima: Kälte
- Farbe: Schwarz, blau
- Yin-Organ: Niere
- Yang-Organ: Blase
- Sinn: Hören
- Geschmack: Salzig
- Gewebe: Knochen
- Emotion: Angst

1.6.12 Die fünf Wandlungsphasen im Überblick

Element	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Hauptorgan (zang)	Leber	Herz	Milz	Lunge	Nieren
Nebenorgan (fu)	Gallenblase	Dünndarm	Magen, Bauchspeicheldrüse	Dickdarm	Harnblase
Körperteile	Innenseite der Beine, Leisten, Zwerchfell, Rippen	Achselhöhlen, Innenseite der Arme	Gesicht, Brust, Seiten der Beine, Leisten	Brust, Innenseite der Arme	Brust, Innenseite der Beine, Seite des Fußes
Gewebe, Flüssigkeiten	Sehnen und Faszien, Nägel	Blut, Schweiß	Muskeln, Fleisch (Bindegewebe)	Schleimhäute, Haut	Knochen
Speichert	Blut	Lymph	Shen (Geist)	Qi	Jing
Qualität	Farbe	Flüssigkeit	Geschmack	Geruch	Ton
Sinnesorgan	Augen	Zunge	Mund, Lippen	Nase	Ohren
Sinn	Sehen	Reden	Schmecken	Riechen	Hören
Geschmack	Sauer	Bitter	Süß	Scharf	Salzig
Geruch	Ranzig	Verbrannt	Süßlich	Verrottet	Faulig
Jahreszeit der größten Aktivität	Frühling	Sommer	Spätsommer	Herbst	Winter
Himmels-Richtung	Ost	Süd	Mitte	West	Nord
Tageszeit	Morgen	Mittag	Nachmittag	Abend	Nacht
Klima	Wind	Hitze	Feuchtigkeit	Trockenheit	Kälte
Farbe	Grün	Rot	Gelb	Weiß	Dunkelblau, Schwarz
Positive Emotionen	Freundlichkeit, Phantasie, Tatkraft, Durchsetzung	Freude, Liebe, Glück, Ehre, Respekt, Kreativität, Enthusiasmus Geist, Ausstrahlen, Konzentration, Einsicht, Selbstbewußtsein, Offenheit	Ausgeglichenheit, Mitgefühl, Nachdenken, Musikalität, Gerechtigkeit, Wahrhaftigkeit	Rechtschaffenheit, Mut, Loslassen, Leere, Anpassungsfähigkeit, Urvertrauen	Sanftheit, Gelassenheit, Wachheit, Stille, Bescheidenheit

Element	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Negative Emotionen	Ärger, Zorn, Wut, Aggression	Ungeduld, Hektik, Launenhaftigkeit, Grausamkeit, Arroganz	Sorgen, Grübeln, Mitleidigkeit	Trauer, Depression, Kummer	Furcht, Angst, Stress
Stress-handlung	Schluckauf	Husten	Zittern	Anhaften	Depression
Gefühlsäußerungen	Rufen	Lachen	Singen	Weinen	Stöhnen

Tabelle 4: Die fünf Wandlungsphasen im Überblick

1.7 Das Zang-Fu-Organsystem

Zang (Speicherorgane, Yin- Organe)	Fu (Hohlorgane, Yang- Organe)
Lunge	Dickdarm
Herz	Dünndarm
Leber	Gallenblase
Milz	Magen
Niere	Harnblase
Pericard	San Jiao, Dreifacher Erwärmer

Tabelle 5: Übersicht Zang-Fu-Organe

1.7.1 Lunge

- Öffnet sich über die Nase
- Beherbergt die Körperseele po
- Regiert Qi und Atmung
- Reguliert die Wasserwege
- Der „Minister“ der Gefäße und Leitbahnen

1.7.2 Herz

- Öffnet sich auf der Zunge
- Beherbergt den Geist
- Regiert das Blut
- Kontrolliert das Schwitzen
- Kontrolliert die Blutgefäße

1.7.3 Leber

- Öffnet sich in den Augen
- Beherbergt Wanderseele hun
- Speichert Blut
- Gewährleistet Qi-Fluß

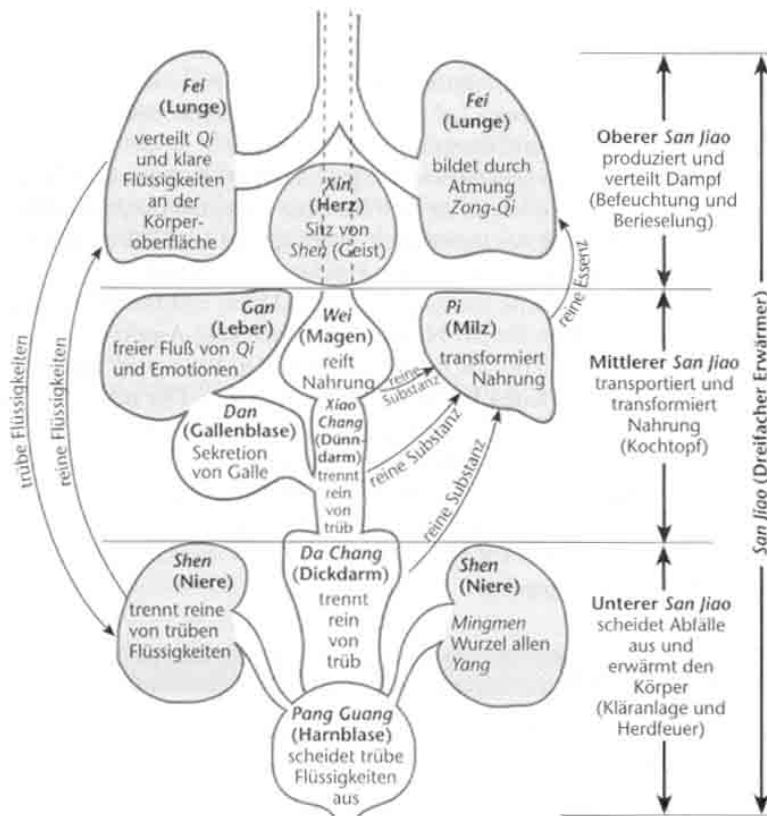


Abb. 11: Zang-Fu-Organen (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

1.7.4 Milz

- Öffnet sich über den Mund
- Beherbergt das Denken
- Umwandlung und Transport
- Kontrolliert das Blut
- Kontrolliert das aufsteigende Qi

1.7.5 Niere

- Öffnet sich in den Ohren
- Manifestiert sich in den Haaren
- Beherbergt die Willenskraft
- Speichert Essenz
- Kontrolliert das Empfangen des Qi
- Produziert Mark
- Kontrolliert die beiden unteren Öffnungen
- Regiert das Wasser

1.7.6 Pericard

- Äußere Hülle des Herzens zum Schutz vor pathogenen Faktoren
- Gleiche Funktion wie das Herz
- Funktion als Leitbahn

1.7.7 Dickdarm

- Innen-Außen Beziehung zur Lunge
- Resorbiert reine Flüssigkeiten
- Übernimmt Trübes vom Dünndarm
- Scheidet aus

1.7.8 Dünndarm

- Urteilsfähigkeit
- Trennt die Flüssigkeiten unter der Kontrolle des Nieren-Yang
- Kontrolliert das Empfangen und Umwandeln der Nahrung

1.7.9 Gallenblase

- Entscheidungen treffen
- Mut zur Entscheidung
- Speichert Galle
- Leitet Qi an die Sehnen

1.7.10 Magen

- Erwärmung der Nahrung
- Ursprung der Flüssigkeiten
- Transport der Nahrung
- Absteigendes Qi

1.7.11 Harnblase

- Trübe Flüssigkeiten
- Unterstützung durch den San Jiao
- Emotionen
- Arbeitet mit dem Dünndarm zusammen
- Beseitigt Wasser durch Qi-Transformatione

1.7.12 San Jiao

- Straße für das Ursprungs-Qi
- Oberer Erwärmer: Verteilung der Flüssigkeiten
- Mittlerer Erwärmer: Verdauung
- Unterer Erwärmer: Trennung des Reinen und Trüben

1.8 Das Meridian- und Netzgefäßsystem

- 12 Hauptmeridiane
- 48 Befehlspunkte
- 24 Shu-Mu-Punkte (Organ/Organ- System)
- 12 Ho-Punkte
- 3 Punkte mit Ho- Funktion
- 12 Ting-Punkte
- Nebenmeridiane
 - Lo-transversale
 - Lo-longitudinale
 - TMM
 - 8 außerordentliche Meridiane mit 8 Kardinalpunkten
 - 12 Sondermeridiane
- Antike Punkte und Funktionskreise
 - Yin/Yang-Kreis
- Weitere Punkte:
 - Psychisch wirksame Punkte
 - Schmerz wirksame Punkte
 - Korticotrope Punkte
 - Spasmolytische Punkte
 - Stabilisierende Punkte

In den *Jing Luo*, einem Netzsystem von Leitbahnen werden Qi, Blut, Körperflüssigkeiten und Nährstoffe verteilt. Die *Jing Luo* unterteilen sich in die *Jing Mai*, die Leitbahnen bzw. Meridiane, und in die *Luo Mai*, die Netzgefäße, Luo-Gefäße bzw. Kollaterale.

Die Meridiane, *Jing Mai*, haben so genannte Netzgefäße, *Luo Mai*. Diese verbinden innerlich und äußerlich gekoppelte Meridiane. Die Netzgefäße haben spezielle Punkte, die *Luo-Punkte* (vgl. Kap. 6).

1.8.1 Meridianumläufe

Innerhalb eines Tages 3 Umläufe bei 12 Meridianen:

Erster Umlauf : Zwischen 3 Uhr und 11 Uhr
Lunge ⇒ Dickdarm ⇒ Magen ⇒ Milz

Zweiter Umlauf: Zwischen 11 Uhr und 19 Uhr
Herz ⇒ Dünndarm ⇒ Blase ⇒ Niere

Dritter Umlauf: Zwischen 19 Uhr und 3 Uhr
Pericard ⇒ Sanjiao (3E) ⇒ Gallenblase ⇒ Leber

Meridian-Umläufe		
1. Umlauf		
Lungen-Meridian	Vom Thorax zu den Fingerspitzen	Hand – <i>Taiyin</i>
Dickdarm-Meridian	Von den Fingerspitzen zum Gesicht	Hand – <i>Yangming</i>
Magen-Meridian	Vom Gesicht zu den Zehenspitzen	Fuß – <i>Yangming</i>
Milz-Meridian	Von den Zehenspitzen zum Thorax (Herz)	Fuß – <i>Taiyin</i>
2. Umlauf		
Herz-Meridian	Vom Thorax zu den Fingerspitzen	Hand – <i>Shaoyin</i>
Dünndarm-Meridian	Von den Fingerspitzen zum Gesicht	Hand – <i>Taiyang</i>
Blasen-Meridian	Vom Gesicht zu den Zehenspitzen	Fuß – <i>Taiyang</i>
Nieren-Meridian	Von den Zehenspitzen zum Thorax (Perikard)	Fuß – <i>Shaoyin</i>
3. Umlauf		
Perikard-Meridian	Vom Thorax zu den Fingerspitzen	Hand – <i>Jueyin</i>
<i>San-Jiao</i> -Meridian	Von den Fingerspitzen zum Gesicht	Hand – <i>Shaoyang</i>
Gallenblasen-Meridian	Vom Gesicht zu den Zehenspitzen	Fuß – <i>Shaoyang</i>
Leber-Meridian	Von den Zehenspitzen zum Thorax (Perikard)	Fuß – <i>Jueyin</i>

Tabelle 6: Meridianumläufe (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

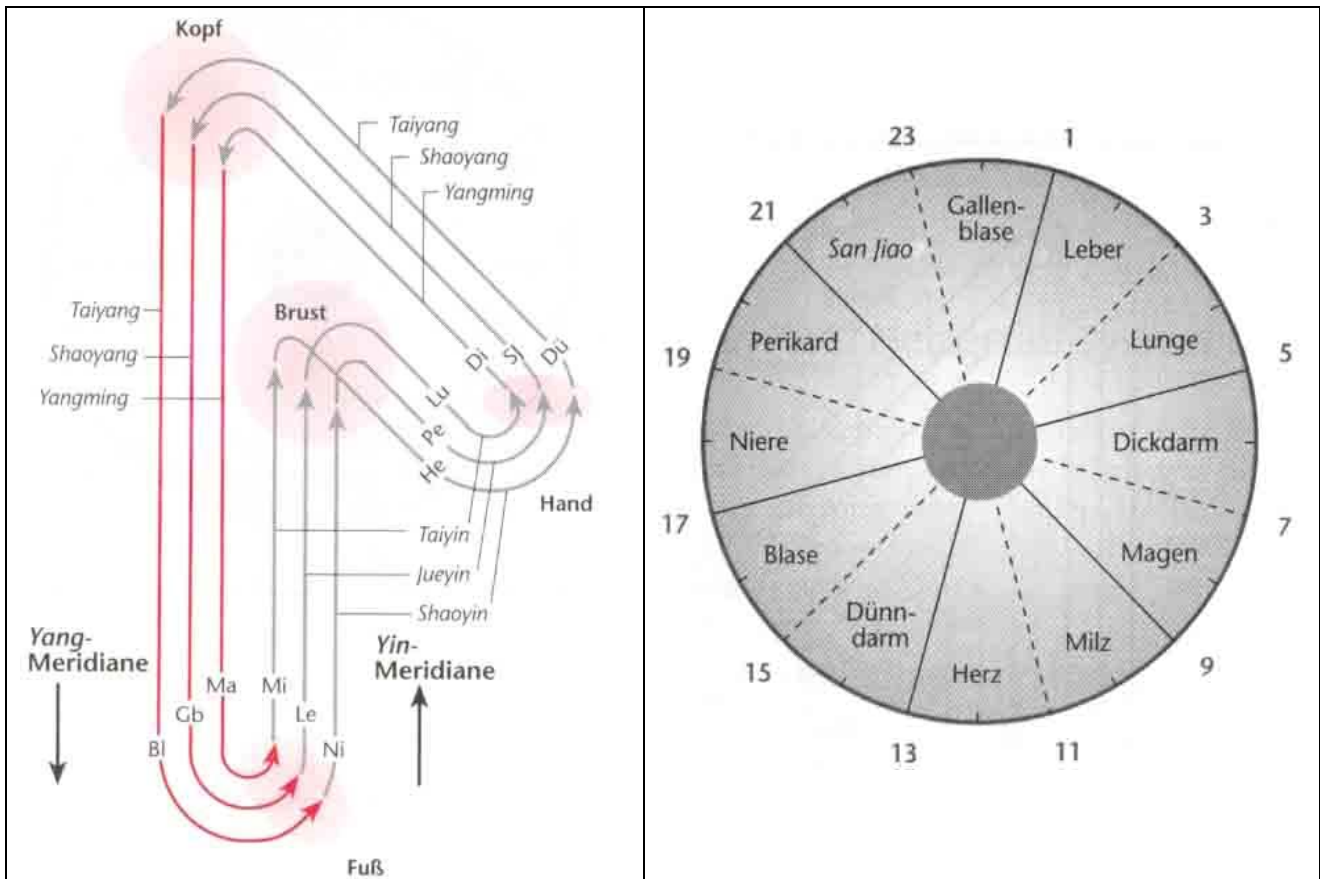


Abb. 12: Meridianumläufe und Meridianuhr (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

Verlaufsrichtung:

- Yin-Meridiane (Lu, Mp, He, Ni, Pe (Ks), Le) verlaufen von unten nach oben
- Yang-Meridiane (Di, Ma, Dü, Bl, 3E, Gb) verlaufen von oben nach unten

1.9 Pathogene Faktoren

1.9.1 Klimatische Faktoren

Hitze

- Hohes Fieber, großer Durst
- Rotes Gesicht, rote Augen
- Psychische Unruhe
- Dicker, gelber Schleim

Trockenheit

- Trockene Schleimhäute und Haut
- Trockener, harter Stuhl
- Reizhusten, Asthma

Feuer

- Spontane Schweißausbrüche
- Brennen oder Hitzeempfindung auf der Haut
- Entzündungen der Haut
- Bitterer Geschmack auf der Zunge

Wind (natürlicher, Klimaanlage)

- Plötzlicher Beginn
- Obere, äußere Körperregion:
 - Gesicht
 - Schweißdrüsen
 - Hals
 - Lunge
- "Bewegung"
 - Wandernde Schmerzen
 - Juckende Hautausschläge mit wechselnder Lokalisation
 - Zittern, Zuckungen, Spasmen, Tetanie
- **Innerer Wind**
 - Benommenheit
 - Ohrensausen
 - Schlaganfall
 - Zittern, Zuckung
- **Wind-Hitze**
 - Halsschmerzen
 - Durst, leichtes Schwitzen
 - Trockner Husten
- **Wind-Kälte**
 - Verstopfte Nase
 - Schüttelfrost
 - Kopf- und Gliederschmerzen

Kälte

- Leichtes Fieber
- Blasses Gesicht
- Stechende, krampfartige Schmerzen
- Hohes Bedürfnis nach Wärme
- **Innere Kälte**
 - Unteraktivität, Langsamkeit
 - Kalte Körperteile
 - Übermäßiges Schlafbedürfnis

Feuchtigkeit

- Untere Körperregionen
- Reichlich Absonderung und Ausscheidung
 - Nässende Hautausschläge
 - Trüber Urin
 - Vaginalausfluss
- Dumpfe und ziehende Schmerzen
- Schweregefühl in den Extremitäten
- **Innere Feuchtigkeit**
 - Langsames Einsetzen der Symptome
 - Schleim
 - Schwellungen, Knoten, Tumore
 - Produktiver Husten
 - Verwirrt Gedanken, Stumpfsinnige/komaähnliche Zustände
- **Feuchte Hitze**
 - Rote, geschwollene Bläschen
 - Gesicht

1.9.2 Emotionale Faktoren

- Zorn
- Freude
- Sorge
- Grübeln
- Trauer
- Angst
- Schock

2 Diagnostische Verfahren in der TCM

Die wichtigsten diagnostischen Verfahren sind:

- Die vier Untersuchungsmethoden Beobachten (Wang), Hören und Riechen (Wen), Befragen (Wen) und Betasten (Qie)
- Zungendiagnose
- Pulsdiagnose

Ziele der Diagnostik :

- Befunderhebung im Sinne des Chinesischen Medizinsystems (keine westlichen Befunde)
- Nach der Erhebung werden die Befunde integriert, um sie Disharmoniemustern (Syndromen) zuzuordnen.

Beispiel Blähungen:

Welches Organ ist betroffen?	Milz
Was ist dort betroffen?	Qi
In welchem Zustand befindet sich das Qi?	Leere
Disharmoniemuster:	Milz-Qi-Leere

2.1 Diagnosekategorien der TCM

Befunde werden nach Kategorien erhoben, d. h. die einzelnen Untersuchungen (z.B. Zungenbefund oder Pulsbefund) sollen Befunde ergeben, die sich innerhalb dieser Kategorien zuordnen lassen.

Die drei wichtigsten Diagnosekategorien:

- Die acht diagnostischen Kriterien (Ba Gang)
- Qi, Blut und Körperflüssigkeiten (Qi, Xue, Jinye Bianzheng)
- Die inneren Organe (Zhangfu Bianzheng)

2.1.1 Die acht diagnostischen Kriterien (Ba Gang)

Yin	Yang
Innen (Li)	Außen (Biao)
Leere (Xu)	Fülle (Shi)
Kälte (Han)	Hitze (Re)

Tabelle 7: Ba Gang

2.1.2 Qi, Blut und Körperflüssigkeiten

Qi: Etwas, das Substanz und dynamische Kraft in sich vereinigt. Dient Antrieb und Funktion

Blut: Materielle Basis des Qi

Jinye: Alle Flüssigkeiten außer Blut

2.1.3 Die inneren Organe

Zang (Speicherorgane, Yin-Organe)	Fu (Hohlorgane, Yang-Organe)
Lunge	Dickdarm
Herz	Dünndarm
Leber	Gallenblase
Milz	Magen
Niere	Harnblase
Pericard	San Jiao, Dreifacher Erwärmer

Tabelle 8: Zang-Fu-Organ

2.2 Die vier Untersuchungen

- Befragen (Anamnese)
- Beobachten (Inspektion)
- Hören und Riechen (Auskultation und Olfaktion)
- Betasten (Palpation)

2.2.1 Befragen (Anamnese)

- Kälte- und Hitzeempfindungen
- Schweißneigung
- Kopfschmerzen und Schwindelgefühle
- Schmerzen
- Urin
- Stuhl
- Durst, Appetit, Geschmacksvermögen
- Schlaf
- Gynäkologische Probleme
- Krankheitsgeschichte

1. Kälte- und Hitzeempfindungen

- Hitze
 - Subjektives Wärmeempfinden
 - Fühlbare Wärme
 - Abneigung gegen warmes Wetter
- Kälte
 - Dauerndes Frösteln
 - Bevorzugung von Wärme
- Fieber
 - Plötzlich mit Frösteln
 - ⇒ Qi versucht äußeren pathogenen Faktor abzuwehren

- Verschwinden des Fröstelns
 - ⇒ Tiefergehen der Krankheit
 - ⇒ Fieber=Hitzezeichen
- Niedriges Fieber am Nachmittag (Handflächen, Fußsohlen, Brustbein)
 - ⇒ Yin-Mangel
- Kein Fieber, Furcht vor Kälte
 - ⇒ Yang- oder Qi-Defizit
 - Innerer Yang-Mangel: Zusätzliche Decken wärmen
 - Äußerer pathogener Faktor: Zusätzliche Decken wärmen nicht

2. Schweißneigung

- Ohne Fieber
 - Tagsüber (spontan)
 - ⇒ Yang- oder Qi-Mangel
 - ⇒ Zeichen für unzulängliche Regulation der Poren durch das Abwehr-Wei-Qi
 - Nachtschweiß
 - ⇒ Yin-Mangel
 - ⇒ Relative Hitze veranlasst das Öffnen der Poren
- Bei Fieber oder anderen äußeren Einflüssen
 - Kein Schwitzen
 - ⇒ Kälte, die die Poren zusammenzieht
 - Schwitzen
 - ⇒ Äußere Hitze, die die Poren öffnet oder
 - ⇒ Qi-Mangel, der die Regulation der Poren behindert
- Sinkt das Fieber nach dem Schwitzen
 - ⇒ Pathogener Faktor erfolgreich abgewehrt

3. Kopfschmerzen und Schwindelgefühle

Kopfschmerz

Organbezug: Am häufigsten die Leber, da das Leber-Qi dazu tendiert, nach oben zu steigen

- Plötzliche Kopfschmerzen
 - ⇒ Äußerer Pathogener Faktor
- Chronisch
 - ⇒ Innere Disharmonie
- Starke Kopfschmerzen
 - ⇒ Fülle
- Leicht und lästig
 - ⇒ Mangelmuster

Schwindel

Meist mit Yin- oder Blutmangel assoziiert

4. Schmerzen**Stagnation von Qi und/oder Blut**

	Qi-Stagnation	Blut-Stase
Schmerztyp	Oberflächlich, hell Stechend, eher leichter	Tief, dumpf Bohrend, stärker, bedrohlicher
Ort	Eher wandernd	ortsgebunden
Äußere, lokale Merkmale	Keine organischen Veränderungen oder leichtere, reversiblere Muskelverspannungen	Kleine, livide Adergeflechte, besonders in LWS und HWS- Region

Tabelle 9: Schmerzformen

5. Urin

- Klarer Urin
⇒ Kältemuster
- Reichliche Urinmengen / Nykturie
⇒ Beeinträchtigung der aufwärts befördernden Nierenaktivität (Verdunstung), d.h. Mangel an Nieren-Qi
- Unfähigkeit des vollständigen Wasserlassens, tröpfelnder Urin oder mangelnder Druck beim Wasserlassen
⇒ Qi-Mangel
⇒ Kälte
⇒ Feuchtigkeit
- Dunkelgelb oder rötlich
⇒ Hitzemuster
- Spärliche Urinmengen
⇒ Füllemuster (Feuchtigkeit oder Hitze blockieren Blasen-Qi)
⇒ SäfteMangel
- Häufiges, schmerzvolles Wasserlassen mit wenig dunklem Urin
⇒ Feuchtigkeit und Hitze in der Blase

6. Stuhlgang

- Unregelmäßig, trocken oder hart
⇒ Hitze-Fülle
⇒ Säftemangel
⇒ (Qi-Mangel)
- Drängender Durchfall, gelblich mit Brennen am Anus
⇒ Hitzezeichen

- Wässrig oder ungeformt
 - ⇒ Yang-Mangel
 - ⇒ Qi-Mangel
 - ⇒ Feuchtigkeit
- Unverdaute Nahrung im Stuhl
 - ⇒ Milz-Yang-Mangel

7. Durst, Appetit und Geschmacksvermögen

- Durst
 - ⇒ Zeichen für Hitze
- Kein Durst
 - ⇒ Zeichen für Kälte
- Durst ohne Bedürfnis zu trinken
 - ⇒ Yin-Mangel oder Feuchtigkeit
- Appetitlosigkeit
 - ⇒ Magen- oder Milzdisharmonie
 - ⇒ Qi-Mangel oder Feuchtigkeit
- Übermäßiger Appetit
 - ⇒ Zuviel Magen-Feuer
- Geschmack im Mund
 - Bitter
 - ⇒ Hitze (meist Leber- oder Gallenblasenstörung)
 - Süß, teigig
 - ⇒ Feuchte-Hitze in der Milz
 - Faulig
 - ⇒ Leber- oder Magen-Hitze
 - Salzig
 - ⇒ Nierendisharmonien
 - Unfähigkeit der Geschmacksunterscheidung
 - ⇒ Mangelmuster der Milz

8. Schlaf

Schlaflosigkeit = „Unfähigkeit des Yang, in das Yin einzutreten“

Blut und Yin reichen nicht aus, um das im Herz gespeicherte Shen zu nähren
⇒ Relative Yang – Fülle

Dauernder Wunsch zu schlafen, übermäßiges Schlafen
⇒ Yang-Mangel, Qi-Mangel oder Feuchtigkeit

9. Gynäkologische Probleme

Menstruation

- Zu früh eintretende Menstruation
 - ⇒ Hitze (mit roter Zunge)
 - ⇒ Mangel an Qi (blasse Zunge)
- Spät einsetzende Menstruation
 - ⇒ Blutmangel oder Kälte, die Stagnation hervorrufen
- Häufige Abweichungen vom Zyklus
 - ⇒ Ungleichmäßig fließendes Leber-Qi
- Starker Menstruationsfluss
 - ⇒ Hitze im Blut oder Qi-Mangel
- Geringer Fluss oder Ausbleiben der Menstruation
 - ⇒ Blutmangel, Kälte, die das Blut hemmt, oder Blut-Stase
- Helles, dünnes Menstruationsblut
 - ⇒ Mangelmuster
- Sehr dunkles Menstruationsblut
 - ⇒ Hitze
- Violettes (v.a. klumpig) Menstruationsblut
 - ⇒ Blut-Stase

Ausfluss

- Reichlich und weiß oder klar und dünn
 - ⇒ Mangel und Feuchtigkeit
- Dick und gelb oder mit Juckreiz
 - ⇒ Hitze und Feuchtigkeit

10. Krankheitsgeschichte

- Akute Erkrankungen
 - ⇒ Füllemuster
- Chronische Erkrankungen
 - ⇒ Mangelmuster
- Ältere Menschen
 - ⇒ Tendenz zu Mangelmustern
- Jüngere Menschen
 - ⇒ Tendenz zu Füllemustern

2.2.2 Beobachten

- Generelle Erscheinung und Konstitution
- Zustand des Shen
- Gesichtsfarbe
- Zungendiagnostik
- Ohrdiagnostik
- Antlitzdiagnostik

„Yang ist Bewegung, Yin ist Ruhe.“
Nei Jing

1. Generelle Erscheinung und Konstitution

- Aufgeregt, extrovertiert, geschwätzig, gereizt, aggressiv
⇒ Yang-Tendenz
- Schwere, kraftvolle, plumpe Bewegungen
⇒ Füllemuster
- Schnelle, fahrigere Bewegungen, Strecken der Beine, sich abdecken, von Hitzequelle abrücken
⇒ Hitzemuster
- Passiv, introvertiert, ruhig
⇒ Yin-Tendenz
- Vorsichtige, zarte, kraftlose Bewegungen
⇒ Mangelmuster
- Langsame, bedächtige Bewegungen, Zusammenrollen, viele Decken, nah der Wärmequelle
⇒ Kältemuster
- Stark, robust
⇒ Tendenz zu starken Organen und Füllemustern
- Schwach, zerbrechlich
⇒ Tendenz zu schwachen Organen und Mangelmustern
- Übergewichtige
⇒ Neigung zu Qi-Mangel (v.a., wenn blass und aufgedunsen)
⇒ Zuviel Schleim oder Feuchtigkeit
- Dünne Person, bleicher Teint, schmale Brust, trockene Haut
⇒ Tendenz zu Yin- oder Blutmangel
- Abmagern während einer Krankheit
⇒ Erschöpftes Jing

2. Zustand des Shen

Wie ist die Vitalität und der Zustand d. seelischen, emotionalen und spirituellen Seins?

	Viel Shen	Wenig Shen
Aussehen	Gesund	Krank
Gesichtsfarbe	Klar	Grau
Ausdruck der Augen	Glänzend Lebendig	Trübe Leer
Haltung	Guter Tonus	Schlaff
Gedanken	Konzentriert	Konfus
Reaktionen	Schnell	Lahm

Tabelle 10: Zustand des Shen

3. Gesichtsfarbe

„Qi und Blut der Leitbahnen strömen nach oben, in das Gesicht.“
Nei Jing

Farbe und Feuchtigkeit des Gesichts drücken den Zustand von Qi und Blut im Körper aus

- **Weiß**
⇒ Mangel oder Kälte
- **Leuchtendweiß, geschwollen oder gedunsen**
⇒ Qi- oder Yang-Mangel
- **Weiß, glanzlos und welk**
⇒ BlutMangel
- **Rötung**
⇒ Hitze und Feuer
- **Gelb**
⇒ Feuchtigkeit oder Mangel, v.a. bei Innerer Feuchtigkeit mit schwacher Milz
- **Qing „die Farbe der Drachenschuppen“ = blaugrün**
⇒ Stagnation von Qi oder Blut
⇒ Füllemuster
⇒ Leberdisharmonien und Wind
⇒ Violett im Fall extremer Stagnation
- **Dunkel, schwarz**
⇒ Ungenügende Nierenfunktion
⇒ Gestautes Blut
⇒ Lang währende, chronische Krankheit

2.3 Zungendiagnostik

2.3.1 Stellenwert der Zungendiagnostik

- Wichtiger Teil des Beobachtens des Patienten
- Spiegelbild der inneren Organe
- Organe und Zunge werden durch die Meridiane miteinander verbunden

2.3.2 Aufgaben der Zungendiagnostik

- Bagang
 - Fülle oder Leere?
 - Innen oder Außen?
- Krankheitsverursachende Faktoren?
 - Kälte, Hitze, Feuchtigkeit etc.
- Zustand der Zangfu
- Erfolgsbeurteilung
- Prognostische Aussagen

2.3.3 Organbezug

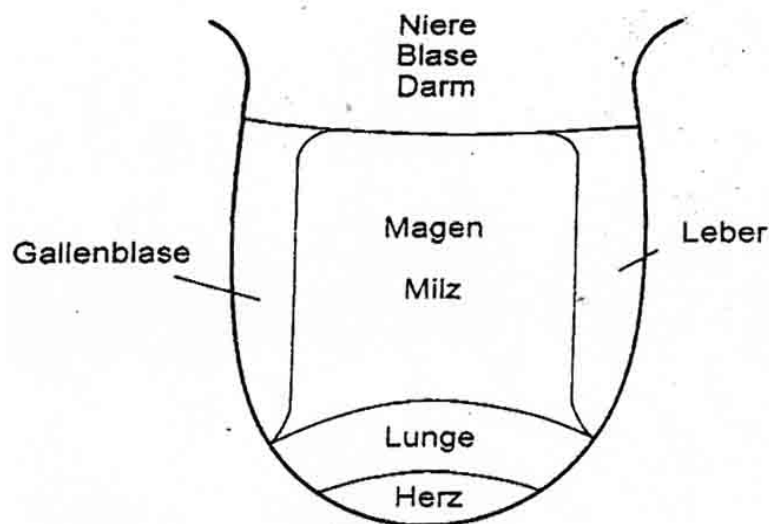


Abb. 13: Areale der Zunge

2.3.4 Diagnosekriterien

- Beschaffenheit des Zungenkörpers
 - ⇒ Spiegelt innere Erkrankungen wider
 - Farbe, Feuchtigkeit
 - Risse und Sprünge

- Zungenbelag
 - ⇒ Spiegelt äußere Erkrankungen bzw. äußere pathogene Faktoren wider
 - Dick/dünn
 - Feucht/trocken
 - Farbe
- Form und Beweglichkeit
- Zungengrundvenen

1. Beschaffenheit des Zungenkörpers

Normale Zunge

⇒ Blass-rot, mäßig feucht

Farbe

- **Blass** (weniger rot als normal)
 - ⇒ BlutMangel
 - ⇒ Qi-Mangel
 - ⇒ Kälte-Fülle
- **Rot** (röter als normal)
 - ⇒ Hitzedisharmonien, evtl rote Punkte (Blut-Hitze)
- **Scharlachrot**
 - ⇒ Extremer Hitzezustand mit äußeren Hitzezeichen
 - ⇒ Hinweis für Eindringen Hitze bis in tiefste Schichten des Körpers
- **Violett**
 - ⇒ Gehemmter Qi- oder Blutfluss
 - ⇒ Leberdisharmonie
- **Blassviolett**
 - ⇒ Blockade mit Kälte
- **Rötlich-violett**
 - ⇒ Stagnation mit Hitze, die Säfte oder Blut beeinträchtigt
- **Schwärzlich**
 - ⇒ Stagnation

Feuchtigkeitsgrade

- **Feucht**
 - ⇒ Auf Kälte beruhende Disharmonie
- **Trocken**
 - ⇒ Auf Hitze beruhende Disharmonie

Risse und Sprünge

- Seit Geburt:
 - ⇒ Normal
- Während Krankheit
 - ⇒ Zeichen für chronische oder schwere Erkrankung
 - ⇒ Rote Zunge: Hitze, die die Säfte austrocknet oder Yin-Mangel
 - ⇒ Blasse Zunge: Blut- oder Qi-Mangel
- Rote Ausschläge, Bläschen oder dornenähnliche Vorsprünge
 - ⇒ Hitze oder gestautes Blut

2. Zungenbelag

- Ist auf die Aktivität der Milz zurückzuführen
- spiegelt den Zustand des Verdauungssystems wider (Milz- und Magen-Qi)
- Die Milz verdunstet die reinen Essenzen und schickt kleine Mengen unreiner Substanzen nach oben
- **Gesund**
 - ⇒ Einheitlicher Belag, evtl. etwas dicker im Zentrum
 - ⇒ Dünn, weißlich, feucht, lässt das Zungenmaterial durchscheinen
 - ⇒ „Wie Gras, das aus dem Boden sprießt“
- **Dünn**
 - ⇒ Normal
 - ⇒ Bei Krankheit Zeichen von Mangel
- **Fehlender Belag**
 - ⇒ Yin-Mangel
- **Dick**
 - ⇒ Fülle
- **Sehr feucht**
 - ⇒ Fülle an Säften (meist aufgrund von Yang-Mangel)
 - ⇒ Feuchtigkeit
- **Sehr trocken oder sandpapierähnlich**
 - ⇒ Yang-Fülle
 - ⇒ Säfte-Mangel
- **Auf der Oberfläche schwebend**
 - ⇒ Schwaches Milz- und Magen-Qi
- **Fett, bedeckt die ganze Zunge mit dickem, öligem Film, wie Schicht Vaseline oder Butter**
 - ⇒ Anwesenheit von Schleim oder Feuchtigkeit im Körper
- **Glänzend (ganze Zunge oder Teil) = „geschälte Zunge“**
 - ⇒ Yin- oder Säfte-Mangel
 - ⇒ Schwaches Milz-Qi
- **Weiß und feucht**
 - ⇒ Zeichen für Kälte

- **Wie Hüttenkäse, Quark oder ungeformter Tofu, dornenartig**
⇒ Hitze im Magen
- **Gelb**
⇒ Hitzezeichen
- **Schwarz oder grau**
⇒ Extreme Hitze oder Kälte

3. Form und Beweglichkeit

- **Gesund**
 - Im Verhältnis zum Mund
 - Weder zu groß noch zu klein
 - Weder geschwollen noch geschrumpft
 - Flexibel
 - Glattes Stück Fleisch ohne Risse und Sprünge
 - Kann erhabene Papillen haben
 - Keine roten Bläschen oder Ausschlag
 - Keine Abweichung
- **Geschwollen** = Schwammig mit gezackten Rändern (Zahnabdrücke)
⇒ Qi-Mangel
⇒ Fülle an Säften
⇒ Gelegentlich bei HitzeFülle (Zungenkörper ist rot)
- **Dünn** = Schlank, kleiner als normale Zunge
⇒ Blut- oder Säftemangel
- **Steif** = Gleicht einem „Stück Holz“
⇒ Fülle-Zustand
⇒ Bösertiger Windeinfluss
⇒ Schleim, der das Herz-Qi hemmt
- **Zitternd**
⇒ Blass: Zuwenig Qi, das die Bewegungen kontrolliert
⇒ Rot: Innerer Wind, der die Zunge bewegt
- **Heraushängend** (wie bei einem Hund)
⇒ Hitze
- **Zusammengezogen, nicht herausstreckbar**
⇒ Schwere Fälle
 - Blass oder violett: ⇒ Kälte, die den Körper zusammenzieht
 - Geschwollen: ⇒ Schleim oder Feuchtigkeit
 - Rot: ⇒ Hitze, die die Säfte austrocknet

4. Zungengrundvenen

- Gestaut, nicht dunkel
⇒ Qi-Stagnation
- Gestaut, dunkel
⇒ Blut-Stagnation

- Erweiterte Venen
⇒ Fülle-Zustand
- Dünne Venen
⇒ Mangel-Zustand

2.3.5 Zungenbefunde

Außen-Erkrankungen (Meistens akut)

- **Wind - Kälte**
 - Belag ist dünn und weiß
 - Feucht, abkratzen und nur vorderer Anteil
 - ⇒ Schwacher pathogener Faktor
 - Weiß, trocken und nicht abkratzen
 - ⇒ Äußere Kälte dringt tiefer ein mit potentieller Umwandlung in Feuer, die die Säfte austrocknet
- **Wind - Hitze**
 - ⇒ Belag ist dünn und weiß, später gelb
 - ⇒ Rötung des gesamten vorderen Abschnittes der Zunge

Innen-Erkrankungen (Meistens chronisch)

- Veränderung von Form und Farbe
- Belag gewöhnlich gelb
- weiß ⇒ gelb
⇒ Eindringen des pathogenen Faktors
- Ränder weiß, Mitte gelb
⇒ Erkrankung nach innen vorgedrungen
- Ränder gelb, Mitte weiß
⇒ Besserung
- Belag fehlt
⇒ Magen- oder Nieren - Yin - Mangel

Halb – Innen – Halb – Außen (Shao – Yang – Krankheit)

- Einseitiger Belag oder vorn weißer, hinten grauer oder schwarzer Belag
- Symptome
 - Schüttelfrost und Fieber
 - Bitterer Mundgeschmack
 - Schmerzen im Hypochondrium
 - Reizbarkeit
 - Trockener Hals und Übelkeit

2.4 Pulsdiagnostik

2.4.1 Stellenwert der Pulsdiagnostik

- Zentrale Bedeutung in der Diagnostik der TCM
 - „Ich geh‘ Puls fühlen“
 - Erste Erwähnung im Nei Jing
- Wortbedeutung:
 - „Kanäle“ durch die Qi und Blut fließen
 - Auch „Puls“ im Sinne von Pulsschlag
- Das Pulsbild gibt Auskunft über Blut und Qi und über alle Organe, die damit in Verbindung stehen.
- Beurteilt werden v. a. : Tiefe, Frequenz, Volumen, Kraft, Form, Länge und Rhythmus

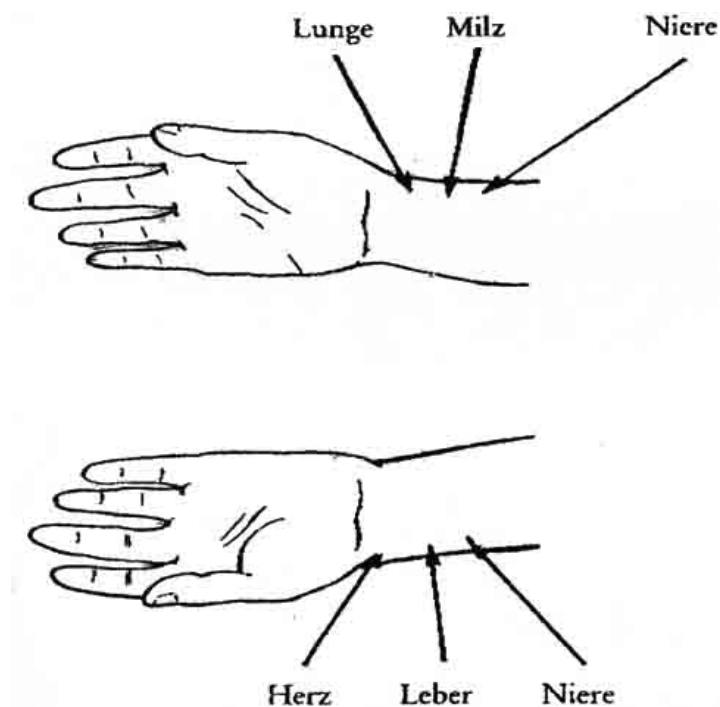


Abb. 14: Lokalisation der Positionen bei der Puls palpation

2.4.2 Technik der Palpation

- An rechter und linker Hand (A. radialis)
- 3 Positionen
 - Erste Position: Zeigefinger
 - Zweite Position: Mittelfinger
 - Dritte Position: Ringfinger
- Plazieren des Mittelfingers auf Processus styloideus radii, dann Zeige- und Ringfinger locker daneben legen und auf die A. radialis gleiten

- An allen drei Stellen sollte der Puls zu tasten sein.
 - Physiologisch: schwächer an proximaler und distaler Taststelle
- 3 Druckebenen: Oberflächlich, mittel und tief
- 28 verschiedene Pulsqualitäten

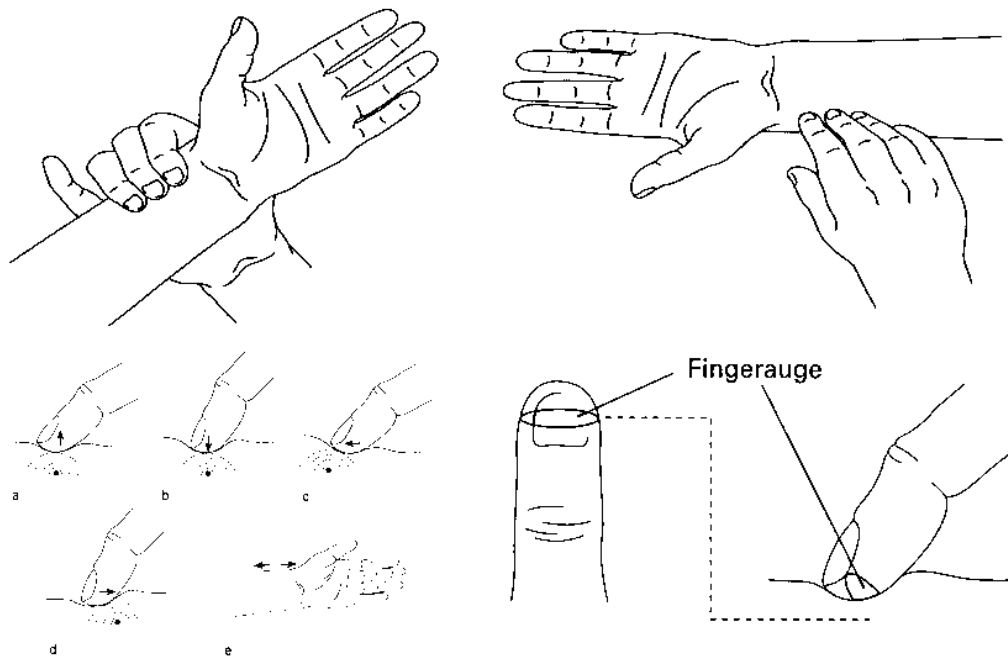


Abb. 15: Technik der Pulspalpation

2.4.3 Beurteilung des Pulses

Der Normale Puls:

- Ist hauptsächlich auf der mittleren Ebene zu tasten
- Er sollte 3 Qualitäten beinhalten
 - **Magen-Qi**
 - sanft, ruhig
 - 4-5 Schläge pro Atemzyklus des Untersuchers (70-75/min)
 - **Shen** (Geist/Vitalität)
 - weich, stark, regelmäßig⇒ gesundes Herz-Qi und -Blut
 - **Wurzel**
 - tiefe Ebene gut palpierbar
 - hintere Position gut tastbar⇒ gesunde und starke Niere

1. Beurteilung der Tiefe des Pulses

Yin

Der tiefe Puls (Chen Mai)

- Nur auf der dritten Ebene
- klar zu tasten
- Befund:
 - Innere Disharmonie oder
 - Blockade
 - Schwach: Schwäche von Qi und Yang
 - Voll: Qi- und Blutstase, innere Kälte oder Hitze

Yang

Der oberflächlicher Puls (Fu Mai)

- Auf der oberflächlichen Ebene klar zu tasten
- Befund:
 - Äußerer pathogener Faktor:
 - Gespannt: Wind-Kälte
 - Schnell: Wind-Hitze
 - Yin-Mangel:
 - Oberflächlich und in der Tiefe leer

2. Beurteilung der Frequenz des Pulses

Yin

Der langsame Puls (Chi Mai)

- < 4 Schläge / Atemzug
- Befund:
 - Kälte, die die Bewegung verlangsamt
 - Mangelndes Qi, bewirkt ungenügende Bewegung

Yang

Der schnelle Puls (Shuo Mai)

- 5 Schläge / Atemzug
- Befund:
 - Hitze beschleunigt die Bewegung

3. Beurteilung des Volumens des Pulses

Yin

Der feine Puls (Xi Mai)

- Wie ein dünner Faden, aber klar zu tasten
- Befund:
 - Qi-Mangel
 - Blut-Mangel

Yang

Der überflutende Puls (Hong Mai)

- Großer Durchmesser und sehr klar
- Befund:
 - Fülle
 - Meist mit Hitze in Magen oder Darm

4. Beurteilung der Kraft des Pulses

Yin

Der leere Puls (Xu Mai)

- Meist oberflächlich tastbar
- Breit aber schwach und weich
- „schlecht gefüllter Wasserball“
- Befund:
 - Qi- und Blut-Mangel

Der sanfte Puls (Ru Mai)

- Oberflächlich , kraftlos
- Fadenförmig
- Befund:
 - Qi- oder Blut-Mangel
 - Milz-Nässe-Störung

Yang

Der volle Puls (Shi Mai)

- Breit und kräftig
- Schlägt auf allen 3 Ebenen gegen die Finger
- Befund:
 - Fülle-Muster
 - Schnell: Fülle-Hitze
 - Langsam: Fülle-kälte

5. Beurteilung der Form des Pulses

Yin

Der rauhe Puls (Se Mai)

- ungleichmäßig und holprig, unregelmäßig in Kraft und Fülle „Messer, das über Bambus schabt“
- Befund:
 - Blut- oder Jing-Mangel (dünn)
 - Gestautes Blut
 - Erschöpfung der Säfte nach Schwitzen und Erbrechen

Yang

Der schlüpfrige Puls (Hua Mai)

- fließend, „gleitet wie eine Schlange“, glatt wie die Kugeln eines Kugellagers
- Frauen in der Schwangerschaft
- Befund:
 - Fülle, meist Feuchtigkeit oder Schleim

Der saitenförmige Puls (Xian Mai)

- Straff wie Gitarren- oder Geigensaite
- Kräftig, federt auf allen 3 Druckebenen zurück und schlägt gleichmäßig gegen die Finger
- fließende, wellenartige Qualität fehlt
- Befund:
 - Stagnation im Körper (Leber-/Gallenblasendisharmonie)

Der straffe Puls (Jin Mai)

- Kräftig, „als hielte man ein schwingendes, straff gespanntes Seil“
- Voller und elastischer als der drahtige Puls
- Befund:
 - Fülle, Kälte und Stagnation

6. Beurteilung der Länge des Pulses

Yin

Der kurze Puls (Duan Mai)

- Kann den Raum unter den 3 Fingern nicht füllen
- Nur in einer Position tastbar
- Befund:
 - Qi - Mangel

Yang

Der lange Puls (Chang Mai)

- Kann über erste und dritte Position hinaus getastet werden
- Wird bei normaler Geschwindigkeit und Kraft keine Disharmonie
- Befund:
 - Eher bei Füllesyndromen

7. Beurteilung des Rhythmus des Pulses

Yin

Der knotige Puls (Jie Mai)

- Langsamer Puls, der unregelmäßig aussetzt
- Befund:
 - Kälte, die Qi und Blut blockiert
 - Qi-, Blut- oder Jing – Mangel (Herzdisharmonie)

Der intermittierende Puls (Dai Mai)

- regelmäßig, setzt häufiger aus
- Befund:
 - Ernsthafte Disharmonie des Herzen oder erschöpfter Zustand aller Organe

Yang

Der „eilende“ Puls (Cu Mai)

- Schneller Puls, der unregelmäßig aussetzt
- Befund:
 - Hitze, die Qi und Blut beunruhigt

3 Disharmoniemuster gemäß Yin, Yang, Blut und Qi

- Qi-Schwäche
- Yang-Schwäche
- Blut-Schwäche
- Yin-Schwäche
- Blut-Stase

3.1 Qi-Schwäche

- Bleiches Gesicht
- Schwache Stimme
- Spontanes, leichtes Schwitzen bei Tage
- Atemlosigkeit
- Müdigkeit
- Appetitlosigkeit
- Leerer Puls

3.2 Yang-Schwäche

- Zusätzlich zu den Symptomen von Qi-Schwäche
- Kältegefühl
- Bleiches Gesicht
- Kalte Extremitäten
- Kein Durst
- Vorliebe für wärme Getränke
- Durchfall
- Häufiges Wasserlassen, heller Urin
- Schwacher Puls
- Blaß-feuchte Zunge

3.3 Blutschwäche

- Stumpfbleiches Gesicht
- Bleiche Lippen
- Verschwommene Sicht
- Müdigkeit
- Trockene Haare
- Depression
- Schwaches Gedächtnis
- Taubheitsgefühle der Extremitäten
- Schwache Periode oder Ausbleiben der Periode

3.4 Yin-Schwäche

- Geringes Fieber oder Hitzegefühl am Nachmittag
- Hitzegefühl an Händen und Fußsohlen
- Trockene Kehle nachts
- Nachtschweiß
- Auszehrung
- Oberflächlicher, leerer Puls
- Rote Zunge ohne Belag

3.5 Blutstase

- Dunkle Hautfärbung
 - Purpurfarbene Lippen
 - Bohrende, stechende Schmerzen an festem Platz
 - Abdominale „Tumor“-bildung
 - Purpurfarbene Lippen
 - Blutungen mit dunkelgefärbtem, knotig- durchsetzten Blut
 - Rauher oder saitenförmiger Puls
-
- **Blutleere/ Schwäche ist ein Teil von Yin-Schwäche weil Blut ein Teil von Yin ist.**
 - **Qi-Schwäche ist ein Teil von Yangschwäche weil Qi ein Teil von Yang ist.**
 - **Klingt einfach, heißt aber:**
 - **Die Symptome von Qi- und Yang-Schwächen können sich ähneln**
 - **Die Symptome von Blut- und Yin-Schwäche können sich ähneln**

4 Disharmoniemuster gemäß pathogener Faktoren

4.1 Feuer-Hitze

Symptome

- Rotes Gesicht
- Unruhe
- Schleimhaut- Ulzerationen
- Rote Augen
- Fieber
- Dunkler Urin
- Eiterbildung
- Bis hin zu Krämpfen und Koma

Erklärung

- Schwere Yang-Symptomatik mit aufsteigender Tendenz (Herz)
- Kann hervorgerufen werden durch:
 - Scharfe Gewürze
 - Alkohol
 - Lammfleisch

4.2 Trockenheit

Symptome

- Trockene Haut und Schleimhäute
- Trockener Husten
- Blutiger Auswurf
- Nasenbluten

Erklärung

- Trockenheit verbraucht die Körperflüssigkeiten
- Greift die Lunge an
- Entsteht durch Klimaanlage, Bildschirmarbeit etc.

4.3 Hitze

Symptome

- Schwitzen
- Fieber
- Durst
- Unruhe
- Reizbarkeit
- Schwindel
- Kopfschmerzen

Erklärung

- Hitze hat Yang-Charakter
- Schädigt die Körperflüssigkeiten und das Qi
- Befällt vor allem die obere Körperhälfte
- Tritt vermehrt während der Sommermonate auf
- Z.T. mit Feuchtigkeit (Spätsommer in China feucht)

4.4 Wind

Symptome

- Neuralgiforme Schmerzen
- Plötzliche Schmerzen
- Urtikaria
- Spasmen
- Juckreiz
- Schwindel
- Kopfschmerzen
- Nackensteifigkeit
- Lähmungen
- Wandernde Gelenkbeschwerden

Erklärung

- Wind hat Yang-Charakter, d.h. er befällt vorwiegend die obere Körperhälfte und das Außen (Lunge)

4.5 Kälte

Symptome

- Frösteln
- Kalte Extremitäten
- LWS-Beschwerden
- Bauchschmerzen
- Schnupfen
- Diarrhoe
- Schmerzen im Inneren
- Harte Verspannungen

Erklärung

- Kälte manifestiert sich an der Körperoberfläche und im Inneren, sie hat Yin-Charakter. Der Körper kann mit Hitzebildung reagieren (Fieber, Rheuma)

4.6 Feuchtigkeit

Symptome

- Dumpfer Schmerz
- Schweregefühle
- Erschöpfung
- Völlegefühl
- Trübe Absonderungen
- Schwellungen (V. a. untere Extremitäten)

Erklärung

- Feuchtigkeit und Nässe sind schwer
 - Haben absinkende Tendenz
 - Beschwerden mehr in der unterer Körperhälfte (Beinödeme, Fluor vaginalis)
 - Ein chronischer Krankheitsverlauf ist vorherrschend
- Feuchtigkeit kann kombiniert mit Hitze und Kälte auftreten
- Bildet sich durch den übermäßigen Verzehr von
 - Zucker
 - Milchprodukten
 - Alkohol

5 Disharmoniemuster gemäß innerer Organe

5.1 Muster von Leber und Gallenblase

- Leber-Blut-Mangel
- Leber - Qi - Stagnation
- Aufsteigendes Leber - Yang durch Leber- Yin Mangel
- Loderndes Leber-Feuer
- Leber - Wind
- Leber - Blut - Stagnation
- Feuchte Hitze in Leber/Gallenblase
- Kälte im Lebermeridian

5.1.1 Leber - Blut - Mangel

Symptome

- Menstruationsschwäche (Hypomenorrea)
- Schwindel
- Muskelschwäche
- Blässe
- Trockene Augen
- Nachtblindheit
- Kribbeln in den Extremitäten
- Schmerzen
- Entzündungen
- Brüchige Nägel

Zunge

- Blass
- Trocken
- Meist ohne Belag

Puls

- Rau
- Dünn

5.1.2 Leber - Qi - Stagnation

Symptome

- Spannungsgefühl im Thorax unter dem Rippenbogen
- Depression
- Menstruationsstörungen
- Reizbarkeit
- PMS
- Unausgeglichenheit
- Unregelmäßige, schmerzhafte Regelblutungen
- Übelkeit
- Blähungen
- Diarrhoe
- Kloßgefühl

Zunge

- Unauffällig, ggf. aufgerollte Ränder

Puls

- Saitenförmig
- Drahtig

5.1.3 Aufsteigendes Leber - Yang durch Leber- Yin Mangel

Symptome

- Gefühl, als wenn der Kopf platzt
- Scheitelkopfschmerz
- Temporalkopfschmerz
- Augenschmerz
- Tinnitus
- Schwindel
- Reizbarkeit
- Wutausbrüche
- Gesichtsröte
- Trockener Mund und Hals

Zunge

- Rot mit wenig trockenem Belag

Puls

- Drahtig
- Schnell

5.1.4 Loderndes Leber-Feuer

Symptome

- Kopfschmerz stark, pochend, temporal
- Augenreizungen
- Hochfrequenter Tinnitus mit Hörverlust
- Schwindel
- Hitzegefühl
- Unruhe
- Wut
- Rötung, Brennen, Schleimhautulcera

Zunge

- Rot
- Gelber Belag
- Trocken

Puls

- Drahtig
- Gespannt
- Schnell

5.1.5 Leber - Wind

5.1.5.1 Durch Leber Yang und Leber Yin Mangel

Symptome

- Heftige Kopfschmerzen
- Schwindel
- Krampfanfälle
- Hemiplegie
- Plötzl. Bewusstseinsverlust
- Nystagmus

Zunge

- Rot
- Trockener Belag
- Evtl. Abweichung

Puls

- Drahtig
- Schnell

5.1.5.2 Durch Extreme Hitze durch Leber Feuer

Symptome

- Krampfanfälle
- Fieber
- Nackensteife
- Koma
- Rasender Kopfschmerz
- Rote Konjunktiva

Zunge

- Dunkelrot
- Steif

Puls

- Drahtig
- Schnell

5.1.5.3 Durch Leber Blut Mangel (Vakuum im Meridian wird mit Wind angefüllt)

Symptome

- Tremor
- Spasmen
- Tics
- Parästhesien
- Blässe

Zunge

- Blass mit trockenem Belag

Puls

- Drahtig
- Dünn
- Rau

5.1.6 Leber - Blut - Stagnation

Symptome

- Dunkles, klumpiges Menstrualblut
- Abdominalschmerz
- Dysmenorrhoe
- Schmerz im Hypochondrium
- "Knoten im Bauch"

Zunge

- Bläulich
- Gestaut

Puls

- Voll
- Drahtig
- Rau

5.1.7 Feuchte Hitze in Leber/Gallenblase

Symptome

- Völle- und Druckgefühl im Oberbauch
- Ikterus
- Übelkeit
- Fluor
- Skrotalekzem

Zunge

- Rot mit gelbem, schmierigen Belag

Puls

- Schlüpfrig
- Schnell
- Gespannt

5.1.8 Kälte im Lebermeridian

Symptome

- Schmerz im Unterleib ausstrahlend in Skrotum / Labien
- Prostataschmerzen
- Druck unangenehm
- Besser durch Wärme
- Durst ohne Bedürfnis zum Trinken

Zunge

- Blass mit feuchtem Belag

Puls

- Langsam
- Tief
- Drahtig

5.2 Muster von Herz und Dünndarm

- Herz - Qi - Mangel
- Herz Yang - Mangel
- Herz-Yin-Mangel
- Herz - Blut - Mangel
- Herz - Blut - Stagnation
- Herz - Feuer
- Schleim - Feuer erregt das Herz
- Schleim - Kälte benebelt das Herz
- Fülle - Hitze im Dünndarm

5.2.1 Herz - Qi - Mangel

Symptome

- Spontanschweiß, belastungsabhängig
- Blässe
- Erschöpfung
- Belastungsdyspnoe
- Palpitationen, belastungsabhängig
- Schwache Stimme

Zunge

- Blass

Puls

- Schwach und leer
- Evtl. arrhythmisch

5.2.2 Herz Yang - Mangel

Symptome

- Blässe
- Kälteaversion
- Kalte Extremitäten
- Atemnot bei leichter Belastung/nachts
- Nervosität
- Spontanschweiß

Zunge

- Blass
- Feucht

Puls

- Schwach
- Tief
- Unregelmäßig

5.2.3 Herz-Yin-Mangel

Symptome

- Rote Wangen
- Hitzegefühl
- Unruhe
- Nachtschweiß
- Tachykarde Herzrhythmusstörungen
- Hitze der 5 Flächen

Zunge

- Rot
- Wenig oder keinen Belag

Puls

- Dünn
- Schnell

5.2.4 Herz - Blut - Mangel

Symptome

- Fahle Blässe
- Vergesslichkeit
- Schlafstörungen
- Ängstlichkeit
- Schreckhaftigkeit

Zunge

- Blass

Puls

- Dünn
- Schwach
- Rau

5.2.5 Herz - Blut - Stagnation

Symptome

- Gesichts- und Lippenzyanose
- Stechender präkordialer Schmerz
- Husten
- Kalter Spontanschweiß

Zunge

- Blau - violett

Puls

- Rau
- Saitenförmig
- Unregelmäßig

5.2.6 Herz - Feuer

Symptome

- Stomatitis
- Extreme Ruhelosigkeit
- Rotes Gesicht
- Erregungszustände bis zur Manie

Zunge

- Rot
- Rissig
- Dünner, gelber Belag

Puls

- Schnell

5.2.7 Schleim - Feuer erregt das Herz

Symptome

- Manische Zustände
- Phantasieren
- Aggressionen
- Psychosen
- Obstipation

Zunge

- Rot
- Gelb-schmieriger Belag

Puls

- Schlüpfrig
- Schnell, Gespannt

5.2.8 Schleim - Kälte benebelt das Herz

Symptome

- Depression
- Verwirrtheit
- Aphasie

Zunge

- Dicker, weißer, schmieriger Belag

Puls

- Schlüpfrig
- Langsam

5.2.9 Fülle - Hitze im Dünndarm

Symptome

- Stomatitis
- Wenig, dunkler Urin
- Bauchschmerzen

Zunge

- Rot
- Gelber Belag

Puls

- Schnell
- Schlüpfrig

5.3 Muster von Milz und Magen

- Milz - Qi - Mangel
- Milz - Yang - Mangel
- Sinkendes Milz Qi
- Milz kontrolliert das Blut nicht
- Feuchte-Kälte in der Milz
- Feuchte - Hitze in Milz und Magen
- Loderndes Magen - Feuer
- Magen - Yin - Mangel
- Magen - Qi - Mangel mit Kälte

5.3.1 Milz - Qi - Mangel

Symptome

- Müdigkeit
- Erschöpfung
- Appetitmangel
- Muskelschwäche
- Breiiger Stuhl
- Blässe
- Meteorismus

Zunge

- Gedunsen
- Blass

Puls

- Schwach
- Weich

5.3.2 Milz - Yang - Mangel

Symptome

- W.o., zusätzlich Kältegefühl
- Kalte Extremität
- Ödeme

Zunge

- Blass
- Geschwollen
- Zahneindrücke

Puls

- Tief
- Langsam
- Schwach

5.3.3 Sinkendes Milz Qi

Symptome

- W.o., zusätzlich noch Organsenkungen
- Prolaps

Zunge

- Blass

Puls

- Schwach und leer

5.3.4 Milz kontrolliert das Blut nicht

Symptome

- W.o., zusätzlich Blutungen v.a. der unteren Körperhälfte
- Dysfunktionelle Uterusblutungen
- Petechien

Zunge

- Blass

Puls

- Dünn
- Schwach
- Leer

5.3.5 Feuchte-Kälte in der Milz

Symptome

- Kopf- und Gliederschwere
- Völlegefühl im Abdomen
- Trübe Absonderungen
- Appetitmangel
- weißer Fluor vaginalis

Zunge

- Dicker, weißer, schmieriger Belag

Puls

- Schlüpfrig
- Langsam

5.3.6 Feuchte - Hitze in Milz und Magen

Symptome

- Subfebrile Temperaturen
- Weiche, übelriechende Stühle
- Körperliche Schwere
- Evtl. Ikterus
- Brennen am Anus

Zunge

- Evtl. rot mit gelben schmierigen Belag

Puls

- Schlüpfrig und schnell

5.3.7 Loderndes Magen - Feuer

Symptome

- Ständiges Hungergefühl
- Epigastrisches Brennen
- Fauliger Mundgeruch
- Säurereflux
- Obstipation

Zunge

- Rot
- Wenig trockener, gelber Belag

Puls

- Schnell
- Evtl. schlüpfrig

5.3.8 Magen - Yin - Mangel

Symptome

- Leeregefühl im Epigastrium
- Hungergefühl mit Appetitmangel
- Rachen-, Mundtrockenheit

Zunge

- Rot
- In der Mitte keinen Belag

Puls

- Dünn und schnell

5.3.9 Magen - Qi - Mangel mit Kälte

Symptome

- Schmerzen im Epigastrium, die sich durch Essen und Wärme bessern
- Kältegefühl im Magen
- Aufstoßen
- Zunahme der Beschwerden nach dem Stuhlgang

Zunge

- Geschwollen und blass

Puls

- Langsam
- Tief

5.4 Muster von Lunge und Dickdarm

- Lungen - Qi - Mangel
- Lungen - Yin - Mangel
- Wind - Hitze der Lunge
- Wind - Kälte der Lunge
- Schleim - Hitze in der Lunge
- Schleim - Kälte in der Lunge
- Trockenheit in der Lunge
- Feuchte - Hitze im Dickdarm
- Hitze im Dickdarm
- Flüssigkeitsmangel im Dickdarm
- Dickdarmschwäche mit Kälte
- Kälte im Dickdarm mit Qi-Stagnation

5.4.1 Lungen - Qi - Mangel

Symptome

- Husteln
- Atemnot
- Schwitzen tagsüber
- Erkältungsneigung
- Schwache Stimme

Zunge

- Blass oder normalfarben

Puls

- Leer, v.a. an der rechten vorderen Position

5.4.2 Lungen - Yin - Mangel

Symptome

- Nachtschweiß
- Anorexie
- Wangenrötung
- Trockener Husten
- Heisere Stimme

Zunge

- Rot
- Kein Belag

Puls

- Dünn
- Schnell

5.4.3 Wind - Hitze der Lunge

Symptome

- Akuter Husten mit dickem gelben Auswurf
- Durst
- Fieber
- Halsschmerzen
- Obstipation
- Kopfschmerzen

Zunge

- Gelber, dünner Belag

Puls

- Oberflächlich
- Schnell

5.4.4 Wind - Kälte der Lunge

Symptome

- Akuter Husten mit wässrigem Sputum
- Halskratzen
- Fließschnupfen

Zunge

- Dünner, weißer Belag

Puls

- Oberflächlich
- Gespannt

5.4.5 Schleim - Hitze in der Lunge

Symptome

- Husten mit gelbem, zähflüssigen Auswurf
- Mundtrockenheit
- Schmerzen im Thorax
- Hohes Fieber

Zunge

- Gelber, schmieriger Belag

Puls

- Schlüpfrig
- Schnell

5.4.6 Schleim - Kälte in der Lunge

Symptome

- Husten mit viel weißem Auswurf
- Thorakales Völlegefühl, Rasselgeräusch
- Frösteln

Zunge

- Dicker, weißer Belag
- Blass

Puls

- Schlüpfrig
- Schwach

5.4.7 Trockenheit in der Lunge

Symptome

- Trockene Nase
- Heiserkeit
- Trockener Mund
- Trockener Husten

Zunge

- Normal
- Trocken

Puls

- Schnell
- Evtl. schwebend

5.4.8 Feuchte - Hitze im Dickdarm

Symptome

- Bauchschmerz, Tenesmen
- Akuter, heftiger Stuhldrang
- Diarrhoe
- Fauliger Geschmack
- Brennende Schmerzen am Anus

Zunge

- Gelber Belag
- Evtl. roter Zungengrund

Puls

- Schlüpfrig und schnell

5.4.9 Hitze im Dickdarm

Symptome

- Trockener Stuhl
- Aufgetriebenes Abdomen
- Schmerzen

Zunge

- Trockener, gelblicher Belag

Puls

- Voll und schnell

5.4.10 Flüssigkeitsmangel im Dickdarm

Symptome

- Trockener Stuhl
- Obstipation
- Erschwerter Stuhlgang
- Laxantienabusus

Zunge

- Kaum Belag, wenn, dann trocken

Puls

- Dünn

5.4.11 Dickdarmschwäche mit Kälte

Symptome

- Chronische Diarrhoe oder Obstipation mit weichem Stuhlgang
- Kalte Extremitäten
- Schmerzen
- Meteorismus
- Schwäche und Schweißneigung nach Stuhlgang

Zunge

- Blass

Puls

- Langsam und tief

5.4.12 Kälte im Dickdarm mit Qi-Stagnation

Symptome

- Verstopfung mit Schmerzen, die sich durch Wärme bessern

Zunge

- Blass mit dickem Belag

Puls

- Langsam
- Tief
- Gespannt

5.5 Muster von Niere und Harnblase

- Nieren - Jing - Mangel
- Nieren - Qi ist nicht fest
- Nieren - Yin - Mangel
- Wasserüberfluß bei Nieren - Yang - Mangel / Innen - Mangel Fülle - Kälte
- Nieren - Yang - Mangel
- Nieren - Yin - Mangel mit Mangel - Hitze
- Feuchte Hitze in der Blase

5.5.1 Nieren - Jing - Mangel

Symptome

- Entwicklungsverzögerung
- Haarausfall, frühes Ergrauen
- Karies
- Schwache Knie
- Tinnitus, Schwindel, Schwerhörigkeit
- Libidomangel
- Sterilität
- Frühe Senilität

Zunge

- Zittrig
- Dünn
- Klein

Puls

- Leer
- Dünn
- Schwach

5.5.2 Nieren - Qi ist nicht fest

Symptome

- Kältegefühl
- Schmerz im LWS-Bereich
- Libidomangel
- Harninkontinenz
- Spermatorrhoe, Ejaculation praecox
- Fluor vaginalis
- Reichlicher, klarer Urin
- Blasses Gesicht

Zunge

- Blass, schlaff
- Dünner Belag

Puls

- Schwach
- Tief

5.5.3 Nieren - Yin - Mangel

Symptome

- Vergesslichkeit
- Schwindel
- Tinnitus
- Nachtschweiß
- Hitzegefühl (Thorax, 5 Flächen)
- Mundtrockenheit
- Spermatorrhoe nachts

Zunge

- Rot
- Rissig am Grund
- Kein Belag

Puls

- Schnell
- Dünn
- Leer

5.5.4 Wasserüberfluß bei Nieren - Yang - Mangel / Innen - Mangel Fülle - Kälte

Symptome

- Ödeme
- Kälte in LWS
- Wenig klarer Urin
- Dyspnoe mit dünnem Sputum

Zunge

- Geschwollen
- Zahneindrücke
- Blass oder bläulich

Puls

- Langsam
- Tief
- Breit

5.5.5 Nieren - Yang - Mangel

Symptome

- Kältegefühl
- Schmerz in LWS und Knie
- Impotenz
- Libidomangel
- Viel klarer Urin
- Klarer, reichlicher Urin
- Morgendiarrhö (5h)

Zunge

- Blass
- Feuchter Belag

Puls

- Langsam
- Tief
- Schwach

5.5.6 Nieren - Yin - Mangel mit Mangel - Hitze

Symptome

- Wie oben, stärkere Hitzezeichen
- Unruhe
- Angst
- Übersteigerte Libido

Zunge

- Rot
- Rissig
- Kein Belag

Puls

- Schnell
- Dünn

5.5.7 Feuchte Hitze in der Blase

Symptome

- Harndrang
- Dysurie
- Pollakisurie
- Trüber, dunkelgelber Urin

Zunge

- Rot
- Gelber, schmieriger Belag

Puls

- Schlüpfrig
- Schnell

6 Akupunkturpunkte

6.1 Regeln zur Punktauswahl in der Akupunkturtherapie

- Vor der Therapie steht die Diagnose
- Organ- oder syndrombezogene Behandlung
- Leitbahn- oder meridianbezogene Behandlung
- Symptomatische Behandlung
- Lokalthherapie
- Therapie über Mikrosysteme

Bei der Punktauswahl kann man folgende Punkte unterscheiden:

- Lokal- oder Nahpunkte
- Areal-Fernpunkte
- Meridian-Fernpunkte
- Symptomatische Punkte
- Meisterpunkte
- Energie ausgleichende Punkte

6.1.1 Lokal- oder Nahpunkte

- Jeder Punkt, der in einem betroffenen Gebiet liegt, kann als Nah-Punkt verwendet werden, wobei andere Wirkungen des Punktes beachtet werden sollten
- Es muss sich nicht um Akupunkturpunkte handeln
- Es kann jeder Schmerzpunkt (Ah-Shi-Punkt) gewählt werden
- Je nach Schmerztyp wird eine sedierende oder tonisierender Nadeltechnik eingesetzt

6.1.2 Areal-Fernpunkte

- Kopf und Gesicht: Di 4
- Nacken und Hinterhaupt: Lu7
- Thorax und Oberbauch: Pe 6
- Mittelbauch: Ma 36
- Unterbauch: Mp 6
- Rücken: Bl 40

6.1.3 Meridian-Fernpunkte

- Lunge: Lu 7
- Dickdarm: Di 4
- Magen: Ma 36 (zentral)
- Magen: Ma 44 (peripher)
- Milz: Mp 6
- Herz: He 7
- Dünndarm: Dü 5
- Blase: Bl 37 (LWS), Bl 40 (BWS), Bl 60 (HWS)
- Niere: Ni 3
- Pericard: Pe 6

- Sanjiao: SJ 5
- Gallenblase: Gb 34, Gb 41
- Leber: Le 3

6.1.4 Symptomatische Punkte

- Angst, Herzrasen: Pe 6, Ren 14
- Anspannung: Le 3
- Asthma, Husten: Ren 22, Pe 6, Ext: Dingshuan
- Allergie, Juckreiz: Mp 10, Bl 40, Bl 17
- Beruhigend: Du 20, He 7, Pe 6, Bl 62
- Durchfall: Ma 25, Ma 37
- Erschöpfung: Ni 6
- Immunol. Stärkend: Di 11, Du 14, Mp 6
- Kopfschmerzen: Gb 20, Gb 21
- Meteorismus: Ma 25, Ma 36
- Notfallpunkte: Du 26, Ni 1
- Ödeme: Mp 9, Ni 7
- Schwitzen: Lu 7, Ni 7
- Schleim: Ma 40
- Übelkeit: Pe 6, Ren 12, Ma 36
- Verstopfung: Di 4, Ma 25, SJ 6

6.1.5 Meisterpunkte

- Yin Organe: Le 13
- Yang Organe: Ren 12
- Respirationstrakt: Ren 17
- Blut: Bl 17
- Knochen: Bl 11
- Sehnen: Gb 34
- Blutgefäße: Lu 9
- Nerven, Mark: Gb 39

6.1.6 Energie ausgleichende Punkte

Die Punkte die gemäß der chinesischen Diagnose für einen Ausgleich der vorliegenden Störung geeignet sind. Dazu gehören u.a.:

- Tonisierungs- und Sedierungspunkte
- Luo- und Yuan-Punkte
- Mu- und Shu-Punkte

6.1.6.1 Tonisierungs- und Sedierungspunkte

- Tonisierungspunkte sind die Mutterpunkte des jeweiligen Organs, sie werden auch nach der Wandlungsphase (der Mutter) benannt. So ist beispielsweise der Tonisierungspunkt der Lunge (Metall) der Erdepunkt der Lunge, da Milz (Erde) die Mutter der Lunge ist. Qi soll von der Mutter zum Sohn fließen.
- Sedierungspunkte sind die Sohnpunkte des jeweiligen Organs, sie werden auch nach der Wandlungsphase des Sohnes benannt. Der Sedierungspunkt der Lunge (Metall) ist demnach der Wasserpunkt, da die Niere als Sohn im Element Wasser ist. Qi soll von der Mutter zum Sohn fließen.

- Wenn man diese Punkte verwenden will, sollte man sich über den energetischen Zustand von Mutter und Sohn im Klaren sein. (Kann man von einer kranken Mutter viel Hilfe erwarten? Kann ein mit sich selbst schon überforderter Sohn noch Lasten von der Mutter tragen?)

Organe	Tonisierungspunkte	Sedierungspunkte
Lunge	Lu 9	Lu 5
Dickdarm	Di 11	Di 2
Magen	Ma 41	Ma 45
Milz	Mp 2	Mp 5
Herz	He 9	He 7
Dünndarm	Dü 3	Dü 8
Blase	Bl 67	Bl 65
Niere	Ni 7	Ni 1(5) cave: Niere sedieren
Perikard	Pe 9	Pe 7
San Jiao	SJ 3	SJ 10
Gallenblase	Gb 43	Gb 38
Leber	Le 8	Le 2

Tabelle 11: Tonisierungs- und Sedierungspunkte

6.1.6.2 Yuan- und Luo-Punkte

Yuan-Quellpunkte (syn. *Yuan*-Ursprungs-Punkte) liegen im Bereich von der Hand- oder Sprunggelenke. Das Ursprungs-*Yuan*-Qi durchfließt die Organe auf Grund der Transportfunktion des San Jiao.

Ursprungs/ Quellpunkte der Yin-Meridiane

Die *Yuan*-Quell-Punkte der Yin-Organen stärken bei Schwäche-/ Mangelzuständen das zuständige innere Organ. Sie regulieren das Yin-Yang-Gleichgewicht und haben einen hämöostatisch ausgleichenden Effekt, auf Körper, Emotionen und Geist. Diese Punkte können bei Mangel stärkend und bei Fülle ableitend genadelt werden.

Ursprungs/ Quellpunkte der Yang-Meridiane

Die *Yuan*-Quellpunkte der Yang-Organen vertreiben äußere pathogene Faktoren bei Fülle-Syndromen. Sie stärken das zugehörige Yang-Organ.

Durchgangs-Luo-Punkte

Die *Luo*-Durchgangs-Punkte (syn. Passagepunkte) befinden sich dort wo sich die Kollateralen (Netzgefäße) der innerlich-äußerlich gekoppelten Yin- und Yang-Meridiane mit einander verbinden.

Bei Fülle-Syndromen sind Netzgefäße häufig sichtbar. Daher kann über die *Luo*-Punkte bei Fülle-Syndromen mit Qi- und Blut-Stagnation mit Mikroaderlass therapiert werden. Sie werden auch in Kombination mit anderen Punkten zur Therapiesteigerung eingesetzt.

Meridiane	Yuan-Punkte	Luo-Punkte
Lunge	Lu 9	Lu 7
Dickdarm	Di 4	Di 6
Magen	Ma 42	Ma 40
Milz	Mp 3	Mp 4
Herz	He 7	He 5
Dünndarm	Dü 4	Dü 7
Blase	Bl 64	Bl 58
Niere	Ni 3	Ni 4
Perikard	Pe 7	Pe 6
San Jiao	SJ 4	SJ 5
Gallenblase	Gb 40	Gb 37
Leber	Le 3	Le 5

Tabelle 12: Yuan- und Luo-Punkte

6.1.6.3 Mu- und Shu-Punkte

Alarm - *Mu* - Punkte

Alarm-*Mu*-Punkte (syn. Versammlungspunkt) beeinflussen das Yin, d.h. sie sammeln und transportieren Yin der jeweiligen Organe. Lokalisiert sind diese Sammelpunkte auf Thorax und Abdomen, in der Nähe des jeweiligen Organs.

Diagnostisch weisen sie bei Druckschmerzhaftigkeit auf Störungen des Organs hin.

Therapeutisch werden *Mu*-Punkte zur Regulation von inneren Organen herangezogen. Je nach Syndrom (Fülle oder Mangel) werden sie ableitend oder stärkend verwendet.

Zustimmungs - *Shu* - Punkt

Zustimmungs-*Shu*-Punkte (syn. Rücken-Transport-Punkte) transportieren Qi zu den inneren Organen und tonisieren das Yang. Sie sind auf dem medialen Ast des Blasenmeridians und auf dem Rücken in Höhe des korrespondierenden Organs lokalisiert.

Diagnostisch weisen sie bei Druckdolenz ebenso wie die *Mu*-Punkte auf eine Störung des inneren Organs hin.

Therapeutisch werden sie bei chronischen Erkrankungen des zuständigen inneren Organs genutzt. Zur Anwendung kommen sie zur Stärkung des Yang bei Yin-Erkrankungen. Zu beachten ist: bei Fülle-Syndrom ableitend nadeln und bei Mangel-Syndrom stärkend nadeln. Die Nadeln sollten nur zehn Minuten belassen werden, da sonst ein sedierender Effekt zu einer Ermüdung des Patienten führt.

Organe	Mu-Punkte	Shu-Punkte
Lunge	Lu 1	B 13
Dickdarm	Ma 25	B 25
Magen	Ren 12	B 21
Milz	Le 13	B 20
Herz	Ren 14	B 15
Dünndarm	Ren 4	B 27
Blase	Ren 3	B 28
Niere	Gb 25	B 23
Perikard	Ren 17	B 14
San Jiao	Ren 5	B 22
Gallenblase	Gb 24	B 19
Leber	Le 14	B 18

Tabelle 13: Mu- und Shu-Punkte

6.1.7 Beispiel Heuschnupfen

Symptome: Laufende Nase, Augenjucken, Niesen, Schleimhautschwellung

Auswahl der Akupunkturpunkte:

Lokal: Di 20, EX KH 3, Bitong, BI 1 und 2,
 Areal Fernpunkt Gesicht: Di 4
 Meridianfernpunkt: Lu 7 (Organbezug Lunge)
 Symptomatische Pkt.: MP 10, BI 40, Ma 40
 Meisterpunkte: Ren 17 (Organbezug Lunge)
 Energie ausgleichende Punkte: Je nach Diagnose

6.2 Nadeltechnik

Sedieren

- Schneller Einstich, langsames Herausziehen der Nadel
- Hochfrequente Vibration der Nadel per Hand
- Elektrostimulation 10 1000 Hz / 10 Min.
- Bluten lassen
- Schröpfen
- Blutig
- Lange Zeit
- Über der Nadel
- Punkt nicht verschließen, offen lassen

Tonisieren

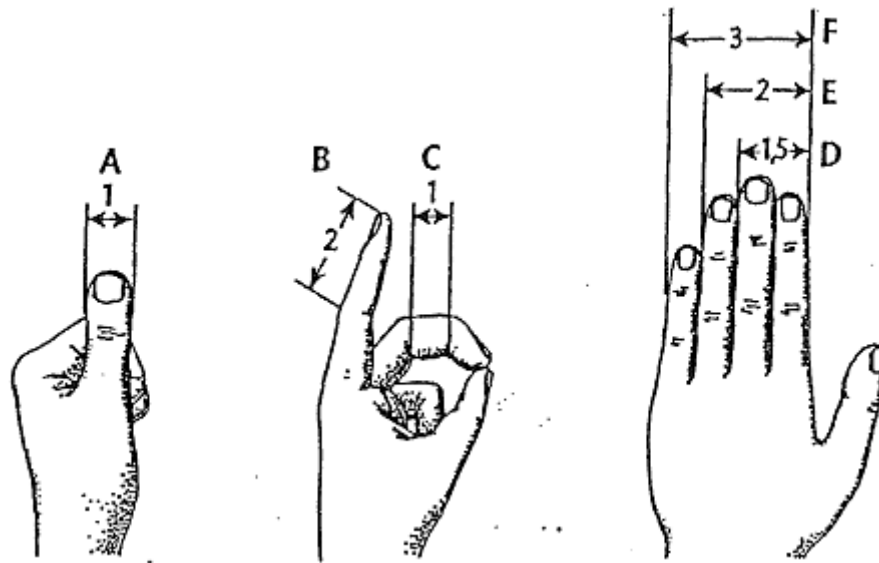
- Stechen (sanftes De-Qi-Gefühl auslösen)
- Langsamer Einstich, schnelles Herausziehen der Nadel
- Moxa auf der Nadel
- Schröpfen
- Kurzes Trockenschröpfen
- Punkt nach Stechen mit Finger verschließen

Bu Fa: Auffüllen, in Meridianrichtung

Xie Fa: Ableiten, gegen Meridianrichtung

6.3 Finger- und Körpermaße

6.3.1 Fingermaße



A:
1 Cun: Daumen-Maß

B:
2 Cun: Zeigefinger-Maß

C:
1 Cun: Mittelfinger-Maß

D:
1,5 Cun: Querfinger-Maß

E:
2 Cun: Querfinger-Maß

F:
3 Cun: Querfinger-Maß

Abb. 16: Fingermaße (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

6.3.2 Körpermaße

Kopf

- Stirnhaaransatz bis Nackenhaaransatzlinie: 12 Cun
- Augenbraue bis Stirnhaaransatz: 3 Cun
- Unterrand Proc. Spinosus C₇ bis Nackenhaaransatz: 3 Cun
- Rechter bis linker Proc. Mastoideus: 9 Cun
- Ma 8 rechts bis Ma 8 links: 9 Cun

Thorax/ Abdomen

- Fossa suprasternalis (Ren 22) bis Sternumxiphoid: 9 Cun
- Sternumxiphoid bis Bauchnabel: 8 Cun
- Bauchnabelmitte bis Symphyse: 5 Cun
- Rechte bis linke Brustwarzenmitte: 8 Cun
- Achselhöhle bis Ende der 11. Rippe (Le 13): 12 Cun

Extremitäten

- Vordere Achselfalte bis Ellenbogenfalte: 9 Cun
- Ellenbogenfalte bis Handwurzel: 12 Cun
- *Medial* - Symphysenoberrand bis Patellaoberkante: 18 Cun
- Med. Condylus tibiae bis Spitze Malleolus med.: 13 Cun
- *Lateral* - Spitze Trochler major bis Kniegelenksfalte: 19 Cun
- Kniebeugefalte bis Spitze Malleolus lat.: 16 Cun
- Spitze Malleolus lat. bis Fersenunterrand: 3 Cun
- *Dorsal* - Glutealfalte bis Kniebeugefalte: 14 Cun

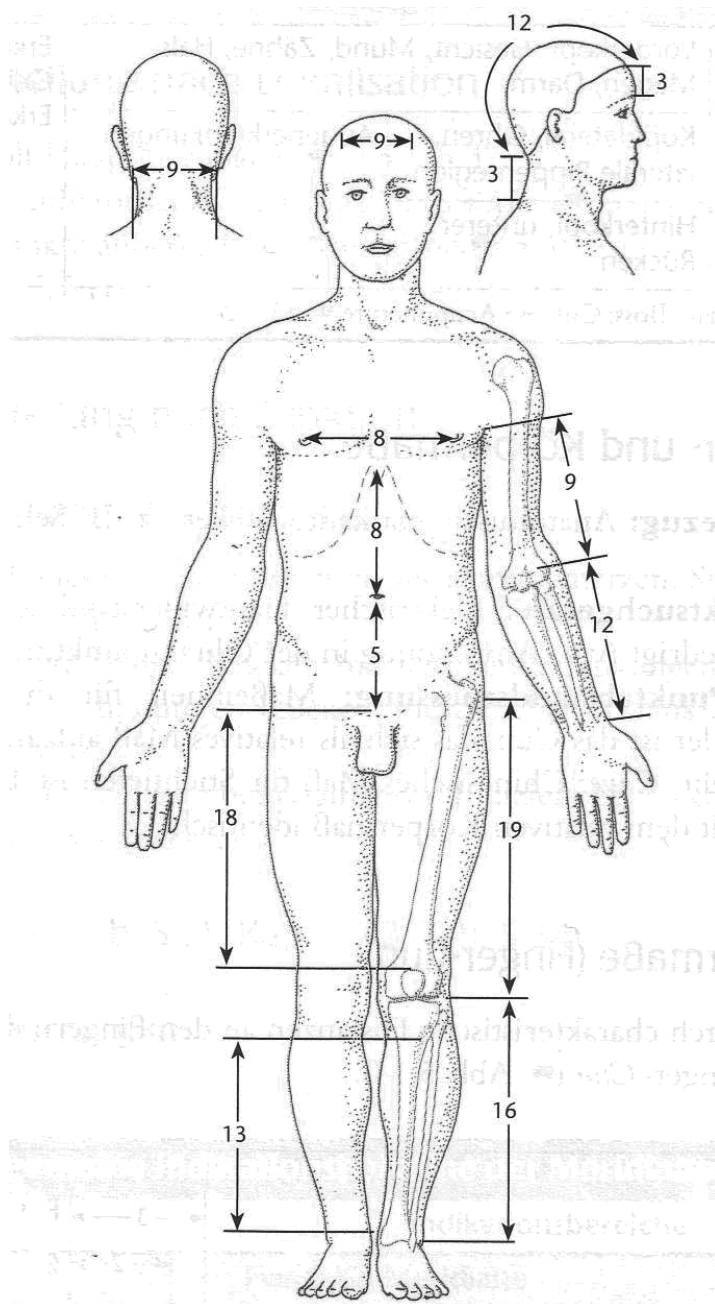


Abb. 17: Körpermaße (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

6.4 Die zwölf Hauptmeridiane und ihre Akupunkturpunkte

Wichtige Punkte sind mit einem „!“ gekennzeichnet.

6.4.1 Der Lungenmeridian

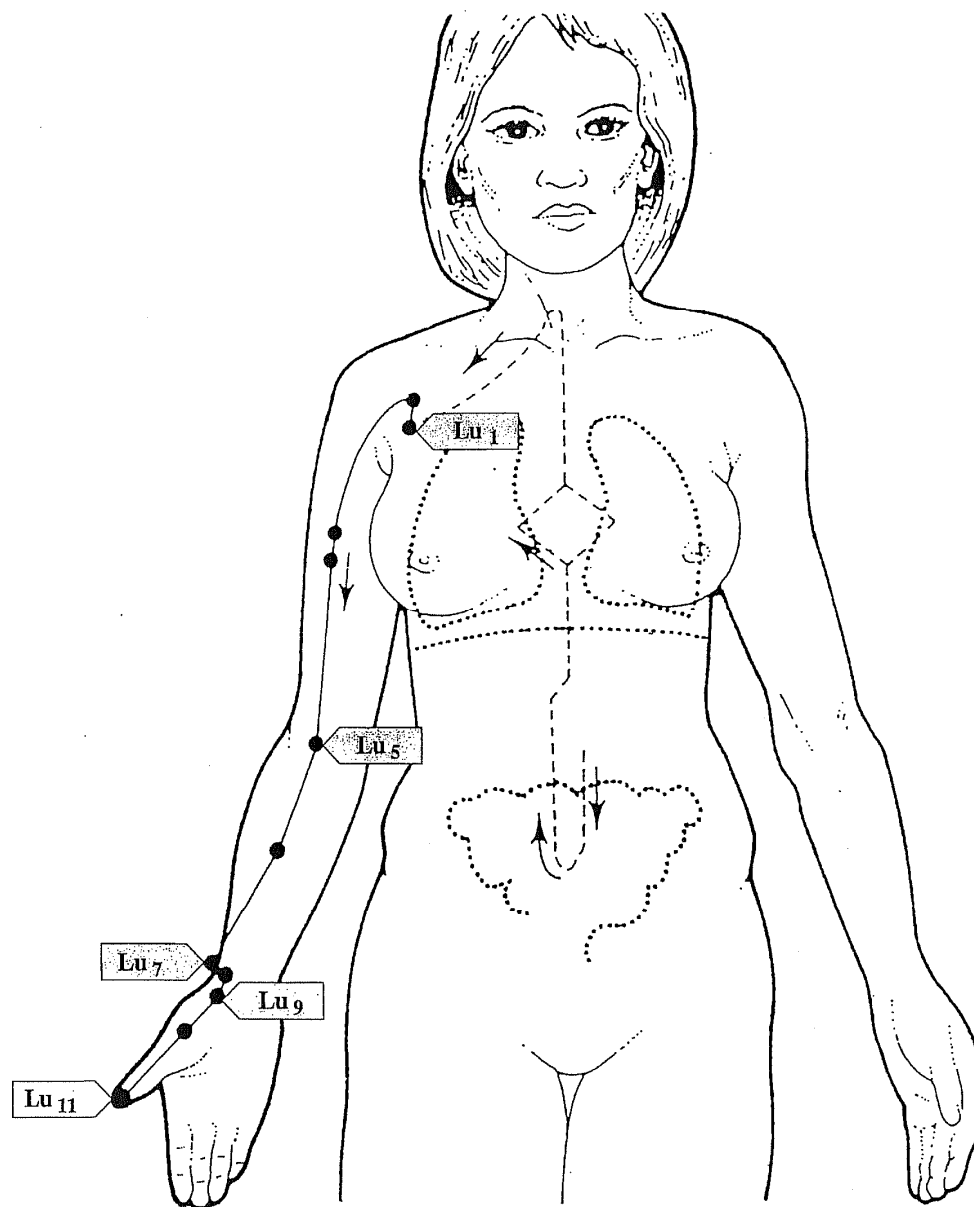


Abb. 18: Verlauf Lungenmeridian

Lu 1 (Zhongfu)!	
Lokalisation:	1. ICR , 1 Cun unterhalb Mitte der Clavicula
Indikation:	Asthma bronchiale, Bronchitis, Bronchiektasen und Begleitsymptome Husten, Dyspnoe und Thoraxschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu-Punkt Lunge ☞ CAVE: Pneumothorax möglich. Nadelung nach lateral ca. 1 cm

Lu 5 (Chize)!	
Lokalisation:	Beugefalte Ellbogen, lateral der Bizepssehne
Indikation:	Asthma bronchiale, chronische Bronchitis
Lokale Wirkung:	Tennisellenbogen, Arthritis des Ellenbogengelenks, Armlähmungen
TCM:	Kühlt Hitze der Lunge
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • He-Punkt • Sedierungspunkt

Lu 7 (Lique)!	
Lokalisation:	Radialskante, 1,5 Cun proximal Beugefalte Handgelenk
Indikation:	Bronchitis, Asthma bronchiale, Bronchiektasen, Rhinitis, Sinusitis, Laryngitis oder Pharyngitis. Schmerzen und Verspannungen im Nacken und Hinterkopf, HWS-Syndrom, Kopf-/Zahnschmerzen, Facialisparesie, Lähmung obere Extremität.
Lokale Wirkung:	Erkrankungen Handgelenk, Tendinovaginitis
TCM:	Öffnet die Oberfläche, eliminiert Wind, Kälte
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo-Punkt von Di 4 • Kardinalpunkt Ren Mai

Lu 9 (Taiyuan)!	
Lokalisation:	Radiale Seite der Beugefalte Handgelenk lateral der A. radialis
Indikation:	Asthma bronchiale, Bronchitis. Meisterpunkt für Blutgefäße daher bei Gefäßerkrankungen
Lokale Wirkung:	Schmerzen im Handgelenk, Polyneuropathie obere Extremität
TCM:	Eliminiert Wind, löst Schleim
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Yuan-Punkt von Di 6 • Tonisierungspunkt Lunge • Meisterpunkt der Blutgefäße

Lu 10 (Yuji)	
Lokalisation:	Auf Handfläche Mitte des Os metacarpale 1, am Übergang von Haut Handfläche und Handrücken
Indikation:	Schmerzen, Taubheit der Hand, Arthrose des Daumengrundgelenkes, Polyneuropathie, auch Erkrankungen der Atemwege
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Ying-Punkt ☞ Stiche an der Hand sind schmerzhaft

Lu 11 (Shaoshang)	
Lokalisation:	Radialer Nagelwinkel Daumen 2-3 mm proximal vorn Nagelwinkel
Indikation:	Behandlung akuter Notfälle, wie Ohnmacht, Kreislaufkollaps, epileptische Anfälle, hohes Fieber, Fieberkrämpfe. Kardiale und respiratorische Notfälle nur neben anderen therapeutischen Maßnahmen. Bei Pharyngitis, Tonsillitis und Heiserkeit gut wirksam.
Lokale Wirkung:	
TCM:	Hat kühlende Wirkung auf die Lunge
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing Punkt ☞ Die Nadelung ist sehr schmerzhaft

6.4.2 Der Dickdarmmeridian

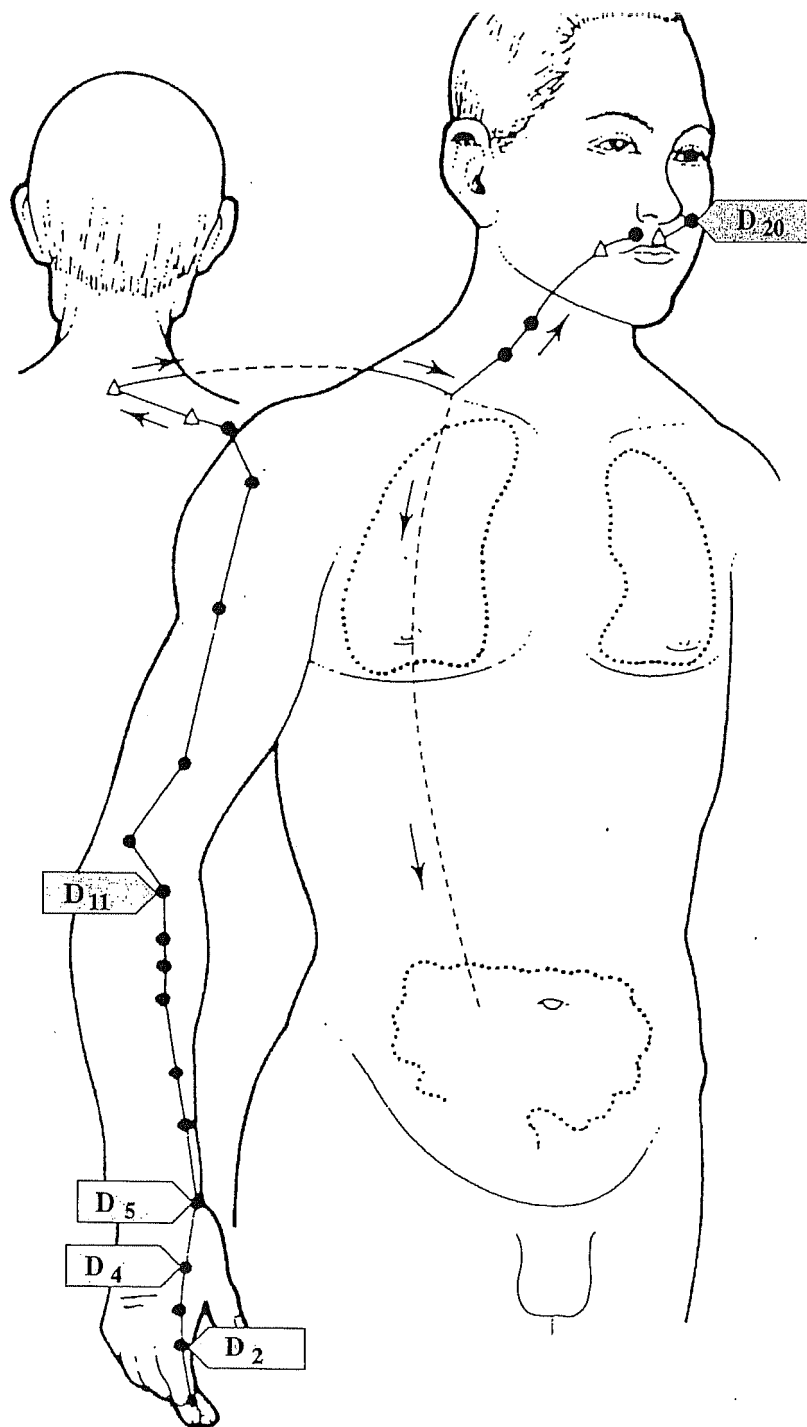


Abb. 19: Verlauf Dickdarmmeridian

Di 1 (Shangyang)	
Lokalisation:	Radialer Nagelwinkel Zeigefinger
Indikation:	Kreislaufkollaps, epileptische Anfälle in Verbindung mit anderen Notfallmaßnahmen. Fieber, akute Schmerzen in Rachen, Nase, Zahnschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt

Di 4 (Hegu)!	
Lokalisation:	Höchster Punkt des Musc. adductor pollicis, wenn Daumen anliegt
Indikation:	Alle Schmerzzustände, Erkrankungen im Kopfbereich, im Gesicht, im Nacken, Zähnen. Migräne, Kopfschmerzen, Trigeminusneuralgie, Augenkrankheiten. Grippe, Sinusitis, Tonsillitis, Pharyngitis, Laryngitis, Bronchitis, Fieber, Bauchschmerzen, Geburtserleichterung. Tennisellenbogen, Schulter-Arm-Syndrom, WBS-Syndrome, Polyneuropathien, Fazialisprese
Lokale Wirkung:	
TCM:	Eliminiert Wind, Kälte und Feuchtigkeit, fördert den Qi-Fluß durch Entblockierung der Meridiane
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Yuan-Punkt zu Lu 7 • Sehr wichtiger Punkt!

Di 5 (Yangxi)	
Lokalisation:	In der Tabatiere des Handgelenks
Indikation:	Arthritis, Arthrose Handgelenk, Augenerkrankungen, Kopfschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt

Di 6 (Pianli)	
Lokalisation:	Radiale Dorsalseite des Unterarms, 3 Cun prox. Handgelenksfalte
Indikation:	Luo-Punkt zu Lu 9 Taiyuan Behandlung der beiden Meridiane Lunge und Dickdarm. Schulter-Arm-Syndrom, Arthritis des Handgelenks, Tinnitus und Schwerhörigkeit
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo-Punkt zu Lu 9

.Di 10 (Shousanli)!	
Lokalisation:	Unterarm 2 Cun distal von Di 11
Indikation:	Lähmung obere Extremität, Tennisellenbogen, Ellenbogengelenksarthrose, Diarrhoe, Schmerzen im Abdomen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt

Di 11 (Quchi)!	
Lokalisation:	Laterales Ende der Beugefalte Ellbogen bei rechtwinklig gebeugtem Unterarm
Indikation:	Immunstimulierend, Allergische und infektiöse Erkrankungen, Hauterkrankungen, endokrine Störungen, Hypotonie, abdominale Schmerzen, Diarrhoe, Hypertonie, Schulter-Arm-Syndrom
Lokale Wirkung:	
TCM:	Eliminiert Wind, Hitze und Feuchtigkeit, harmonisiert Qi
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • He-Punkt • Tonisierungspunkt Dickdarm • Sehr wichtiger Punkt!

Di 15 (Jianyu)!	
Lokalisation:	Auf der Schulter in der vorderen Grube der Sehne des M. biceps
Indikation:	Schulter-Arm-Syndrom, Lähmung des Armes, Periarthritis humeroscapularis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Lokalpunkt bei Schulterbeschwerden

Di 20 (Yingxiang)!	
Lokalisation:	Zwischen Nasenflügel und Nasolabialfalte
Indikation:	Allergische Rhinitis, Sinusitis maxillaris, Erkältungen, Fazialisparese, Trigeminusneuralgie, Zahnschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Lokalpunkt bei allen Nasenerkrankungen

6.4.3 Der Magenmeridian

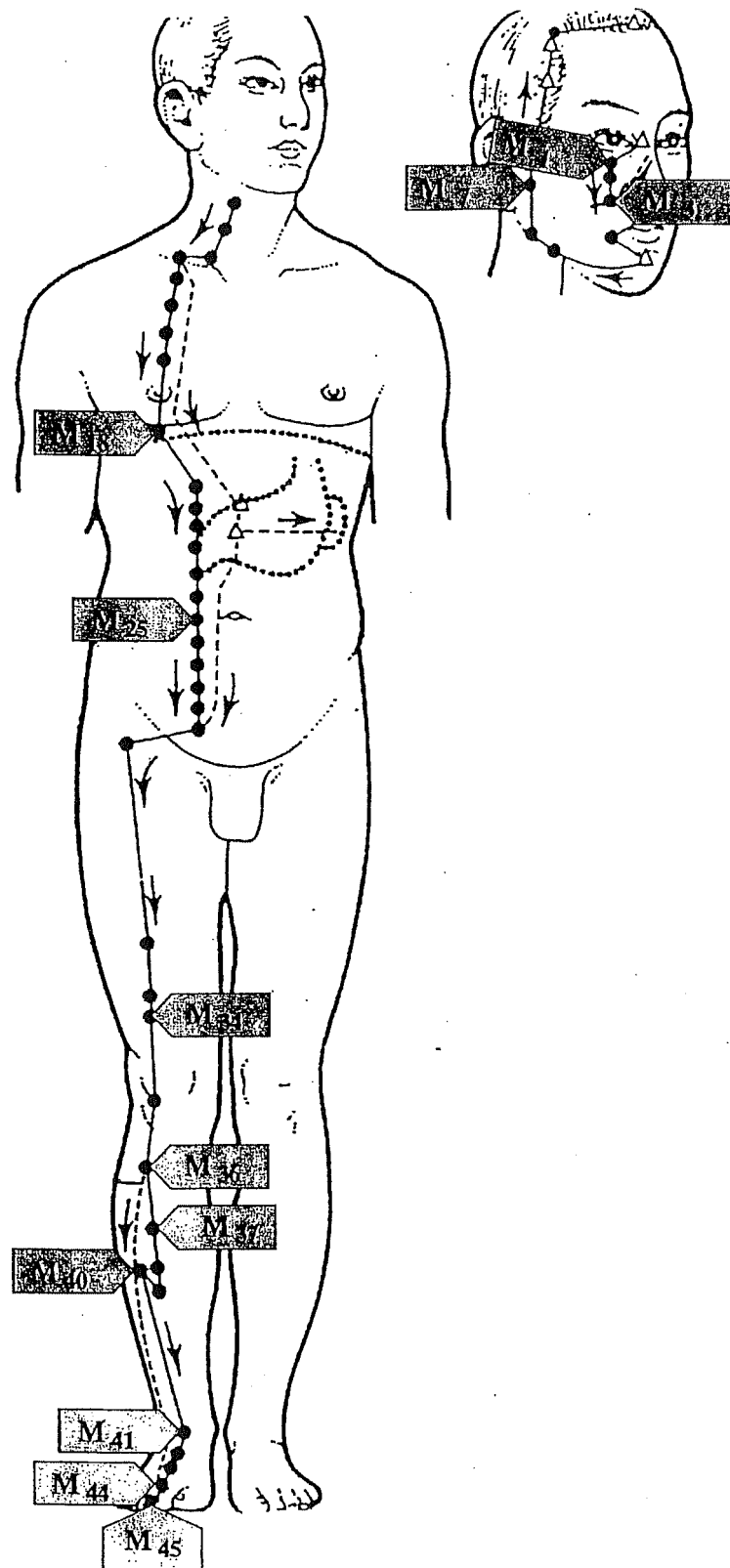


Abb. 20: Verlauf Magenmeridian

Ma 1 (Chengqi)	
Lokalisation:	Unterhalb des Auge, Mitte Orbitarand
Indikation:	Augenerkrankungen, Trigeminusneuralgie
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	☞ Nur mit Erfahrung nadeln! Senkrecht und 5-15 mm tief entlang Orbitaboden

Ma 2 (Sibai)!	
Lokalisation:	Foramen infraorbitale 0,7 Cun unterhalb Ma 1
Indikation:	Augenerkrankungen, Sinusitis maxilaris, Trigeminusneuralgie, Fazialisparese
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt bei Augenerkrankungen

Ma 6 (Jiache)!	
Lokalisation:	Höchster Punkt Musc. masseter bei Biß
Indikation:	Trigeminusneuralgie, Zahnschmerzen, Parotitis, Fazialisparese, Kiefergelenksarthrose
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Ma 7 (Xiag-uan)!	
Lokalisation:	Vertiefung Mitte lateraler Astes des Os zygomaticum in der Grube des Processus condyloideus mandibulae bei geschlossenem Mund
Indikation:	Trigeminusneuralgie, Zahnschmerzen, Kiefergelenksarthrose, Fazialisparese, Tinnitus, Hypakusis centralis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Ma 8 (Touwei)!	
Lokalisation:	0,5 Cun lateral im Winkel der frontalen Haarlinie
Indikation:	Migräne, Kopfschmerzen, Augenerkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Ma 21 (Liangmen)!	
Lokalisation:	2 Cun lateral Mittellinie, 1 Cun oberhalb Nabel lateral Ren 12
Indikation:	Gastritis, Ulcus ventriculi, Schmerzen und Funktionsstörungen im Abdomen, Obstipation, Gallenkoliken
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Punkt bei Beschwerden im Magenbereich

Ma 25 (Tianshu)!	
Lokalisation:	2 Cun lateral Nabel
Indikation:	Gastritis, Ulcus ventriculi et duodeni, nicht infektiöse Diarrhoe, Obstipation, Erbrechen, Übelkeit, Colon irritabile, Krämpfe im Abdomen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu Punkt Dickdarm

Ma 29 (Guilai)!	
Lokalisation:	4 Cun unterhalb Ma. 25
Indikation:	Urogenitale Erkrankungen, wie Reizblase, Menstruationsstörungen, Fertilitätsstörungen, Impotenz, Geburtserleichterung
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Lokalpunkt Urogenitaltrakt

Ma 31 (Biguan)!	
Lokalisation:	Kreuzungspunkt senkrechte Linie von Spina iliaca anterior superior nach unten und horizontale Höhe des Symphysenunterrandes
Indikation:	Lähmungen untere Extremität, Hüftgelenkerkrankungen, Coxarthrose, Gonarthrose, LWS-Syndrom
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Ma 34 (Liangqiu)!	
Lokalisation:	2 Cun cranial des lateralen Patellaoberrandes
Indikation:	Akute gastrointestinale Erkrankungen, Lumbalsyndrom, Gonarthrose, Mastitis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Xi-Punkt

Ma 35 (Dubi)!	
Lokalisation:	Laterale Unterkante der Patella bei gebeugtem Knie. Inneres Knieauge. Mit Ex 31 Heding lateraler Patellaoberrand
Indikation:	Lokaler Punkt Gonarthrose, Knieschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Nahpunkte für Knie

Ma 36 (Zusanli)!	
Lokalisation:	Ein Cun lateral Unterrand Tuberositas tibiae, 3 Cun unterhalb Kniegelenkspalt
Indikation:	Gastritis, Ulcus ventriculi et duodeni, Erbrechen, Übelkeit, Diarrhoe, Obstipation, Colon irritabile Allgemeiner Tonisierungspunkt bei Depression, übermäßiger Müdigkeit, Schwäche, Abgeschlagenheit und Hypotonie. Periphere Durchblutungsstörung, Lähmung der Beine, Polyneuropathie. Ausgleichend bei Depressionen oder Erregungszuständen, Geburtsvorbereitung und Geburtserleichterung
Lokale Wirkung:	Schmerzen bei Gonarthrose
TCM:	Harmonisiert und tonisiert Qi und Blut sowie die Funktionen von Magen und Milz-Pankreas
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • He-Punkt • Sehr wichtiger Punkt!

Ma 37 (Sliangjuxu)!	
Lokalisation:	3 Cun unterhalb Ma 36 und 1 Cun lateral vordere Tibiakante
Indikation:	Diarrhoe, Gastroenteritis, Lähmungen untere Extremität
Lokale Wirkung:	
TCM:	Löst Feuchtigkeit auf, kühlt Hitze und beseitigt Stagnation im Magen und Darm
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Unterer He-Punkt des Dickdarms

Ma 38 (Tiaokou)	
Lokalisation:	5 Cun unterhalb Ma 36, ein Cun lateral vorderer Tibiakante
Indikation:	Wichtigster Fernpunkt bei Periarthritis humeroscapularis, Schulter-Arm-Syndrom, rheumatoide Arthritis, Lähmung untere Extremität
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Fernpunkt der Schulter

Ma 40 (Fenglong)!	
Lokalisation:	Ein Cun lateral von Ma 38, 5 Cun unterhalb von Ma 36 (Zusanli)
Indikation:	Vermindert Schleimproduktion. Bei Thoraxschmerzen, Magen-Darm-Erkrankungen, Epilepsie, Kopfschmerz, Benommenheit, Konzentrationsstörung, Schwindel
Lokale Wirkung:	
TCM:	Vertreibt Feuchtigkeit besonders Schleim, beruhigt den Geist
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo-Punkt

Ma 41 (Jiexi)!	
Lokalisation:	Mitte der Malleolen auf oberem Sprunggelenk. Liegt zwischen den Sehnen des Musc. extensor digitorum longus und Musc. extensor hallucis longus
Indikation:	Lähmungen untere Extremität, Obstipation, Depressionen, Stirnkopfschmerzen, Schmerzen im Sprunggelenk
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt • Tonisierungspunkt Magen

Ma 44 (Neiting)!	
Lokalisation:	0,5 Cun proximal Schwimmhautrand zwischen 2. und 3. Os metatarsale
Indikation:	Wirksamer analgetischer Punkt bei Migräne, Kopfschmerzen, Augenbrennen, Zahnschmerzen, abdominellen Schmerzen, Geburtserleichterung
Lokale Wirkung:	
TCM:	Kühlt Hitze und eliminiert Wind im Meridian sowie im Magen, reguliert Qi
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Ying-Punkt • Sehr wichtiger Punkt!

6.4.4 Der Milzmeridian

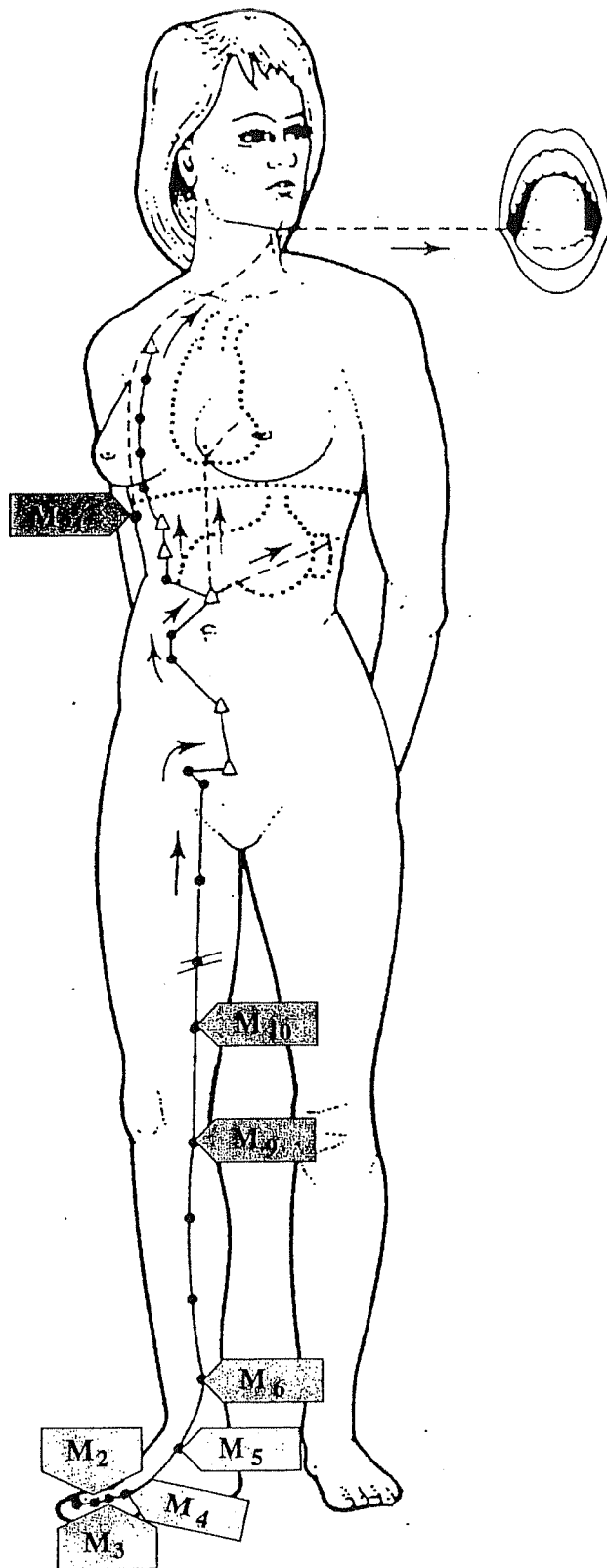


Abb. 21: Verlauf Milzmeridian

MP 3 (Taibai)!	
Lokalisation:	Mediale Seite Fuß, proximal Kopf Os metatarsale 1, Übergang Haut von Fußrücken zur Sohle
Indikation:	Oberbauchschmerzen, Malabsorption, Diarrhoe, Obstipation, Meteorismus, Gastroenteritis
Lokale Wirkung:	
TCM:	Stärkt und harmonisiert geschwächte Funktion der Milz bzw. Magen, entfernt Feuchtigkeit, Schleim und Hitze
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Yuan-Punkt

MP 4 (Gongsun)!	
Lokalisation:	Mediale Fußsseite, in Vertiefung distal Basis Os metatarsale 1, Übergang Haut von Fußrücken zur Sohle
Indikation:	Kardinalpunkt Chong Mai. Urogenitalerkrankungen, Dysmenorrhoe, Klimakterium
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo-Punkt zu Ma 42 • Kardinalpunkt für Chong Mai

MP 6 (Sanyinjiao)!	
Lokalisation:	An der medialen Seite des Unterschenkels, 3 Cun oberhalb des medialen Malleolus, dorsal der Tibiahinterkante. (In der Fascienlücke der Cockettschen Perforans)
Indikation:	Dysmenorrhoe, Amenorrhoe, klimakterische Beschwerden, Dysurie, Enuresis, Polakisurie, Restharn, Prostatitis, Impotenz, Orchitis. Diarrhoe, Colon irritabile, Völlegefühl, Blähungen. Geburtsvorbereitung, Allergien (Haut, Heuschnupfen, Bronchitis, Asthma) immunologische Erkrankungen, Polyneuropathie, Lähmungen, Durchblutungsstörungen, Phlebitis, Lymphangitis, chronische Ulcera cruris
Lokale Wirkung:	
TCM:	Kreuzung von 3 Yin-Meridianen MP, Ni, Le, Bedeutung für die Organe Niere und Leber.
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr wichtiger Punkt!

MP 9 (Yinlingquan)!	
Lokalisation:	Mediale Seite Bein, Vertiefung am Unterrand medialer Kondylus auf Höhe der tub. tibiae. Gegenüber Gb 34 Yanglingquan
Indikation:	Ödeme, Aszites, abdominale Schmerzen, Dysurie, Diarrhoe Gonarthrose, Schmerzen des Knies
Lokale Wirkung:	
TCM:	Löst Feuchtigkeit und Hitze
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • He-Punkt

MP 10 (Xuehai)!	
Lokalisation:	Höchster Punkt des Musc. vastus medialis, 2 Cun proximal Patellaoberkante
Indikation:	Wichtiger antiallergischer immunstimulierender Punkt. Allergien, Infektionserkrankungen, Ekzeme, Psoriasis, Neurodermitis, allergischer Rhinitis/ Bronchitis, Dysmenorrhoe, Amenorrhoe
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

MP 21 (Dabao)!	
Lokalisation:	Mittlere Axillarlinie, im 6. ICR
Indikation:	Anwendung bei Schmerzen im Brustkorb, Lungenerkrankungen wie Asthma bronchiale mit Dyspnoe, Verdauungsstörungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Das "Große Luo": Hier entspringen viele Verästelungen
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Großes Luo

6.4.5 Der Herzmeridian

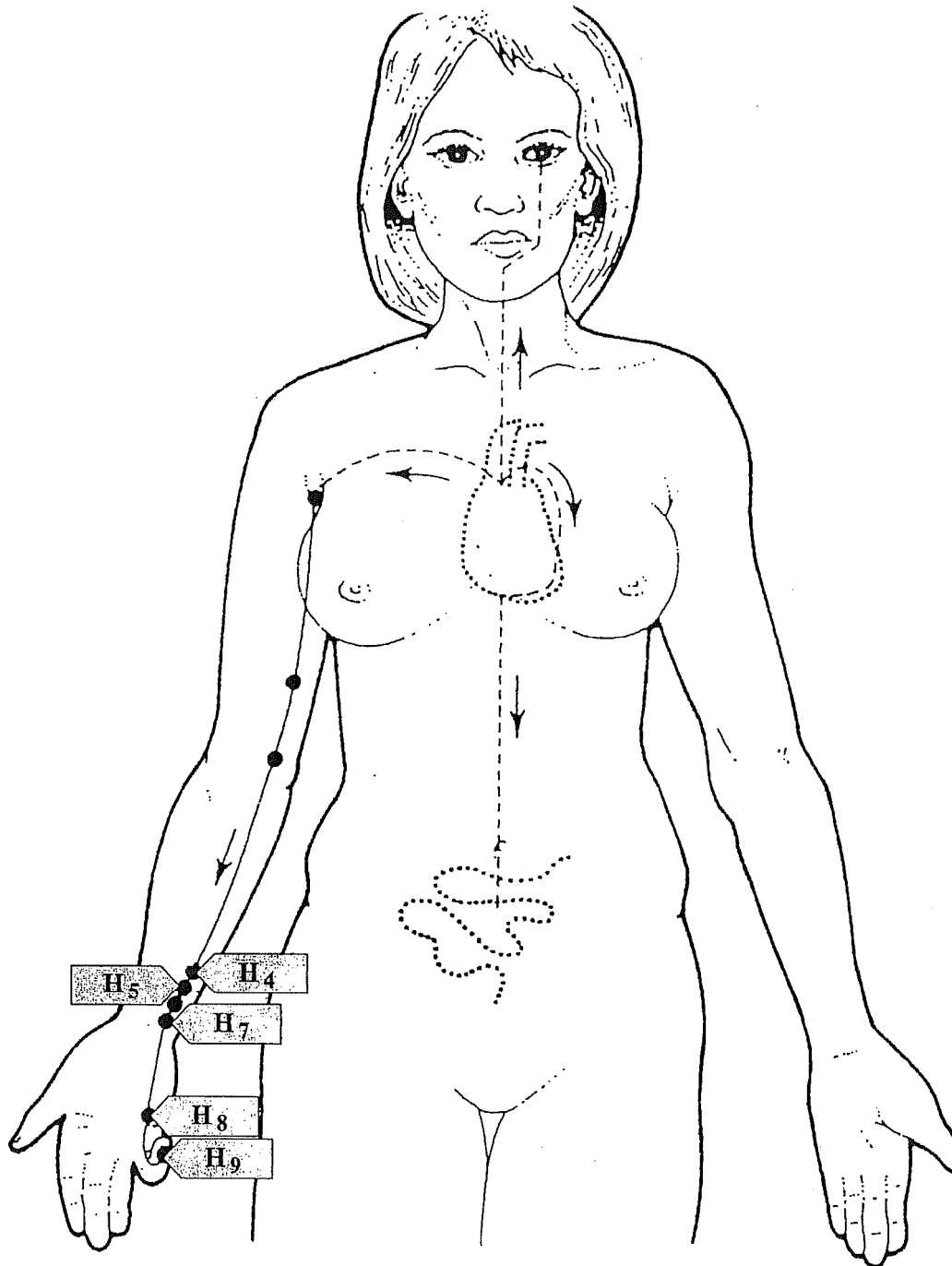


Abb. 22: Verlauf Herzmeridian

He 3 (Shaohai)!	
Lokalisation:	Ulnarseite Ellbogen am Ende der Beugefalte, 0,5 Cun radial Epicondylus ulnaris
Indikation:	Arthritis des Ellenbogengelenks, Angina pectoris
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • He-Punkt

He 5 (Tongli)!	
Lokalisation:	1 Cun proximal He 7 radial der Sehne Musc. flexor carpi ulnaris
Indikation:	Sprachstörungen, Pharyngitis, Schmerzen im Handgelenk, psychische Störungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Reguliert Herz-Qi
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo-Punkt

He 7 (Shenmen)!	
Lokalisation:	Lateral Beugefalte Handgelenk, radial der Sehne Musc. flexor carpi ulnaris. Palmare Seite Handgelenk, ulnar der Sehne Musc. flexor carpi ulnaris
Indikation:	Schlafstörungen, Angstzustände, Erregungszustände, Nervosität, innere Unruhe, psychosomatische Störungen, Entzugserscheinungen, Geburterleichterung, Geburtsvorbereitung, Epilepsie, Angina pectoris, Herzneurose, vegetative Herzbeschwerden, Tachykardie
Lokale Wirkung:	
TCM:	Beruhigt das Shen und harmonisiert das Herz
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Yuan-Punkt • Sedierungspunkt Herz • Wichtiger psychisch harmonisierender Punkt mit Du 20 Baihue und Pe 6 Neiguan • Sehr wichtiger Punkt!

He 8 (Shaofu)	
Lokalisation:	Palmar zwischen 4. und 5. Os metacarpale. Zwischen Fingerspitzen Ring- und Kleinfinger geballter Faust
Indikation:	Handschmerzen, M. Raynaud, Enuresis, Pruritus, Schwitzen der Hand
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	Ying-Punkt

He 9 (Shaochon)	
Lokalisation:	Radialer Nagelwinkel des Kleinfingers
Indikation:	Bei Notfällen von Herz und Kreislauf. Akute psychische Störungen, Depression, akute Thoraxschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none">• Jing-Punkt• Tonisierungspunkt Herz

6.4.6 Der Dünndarmmeridian

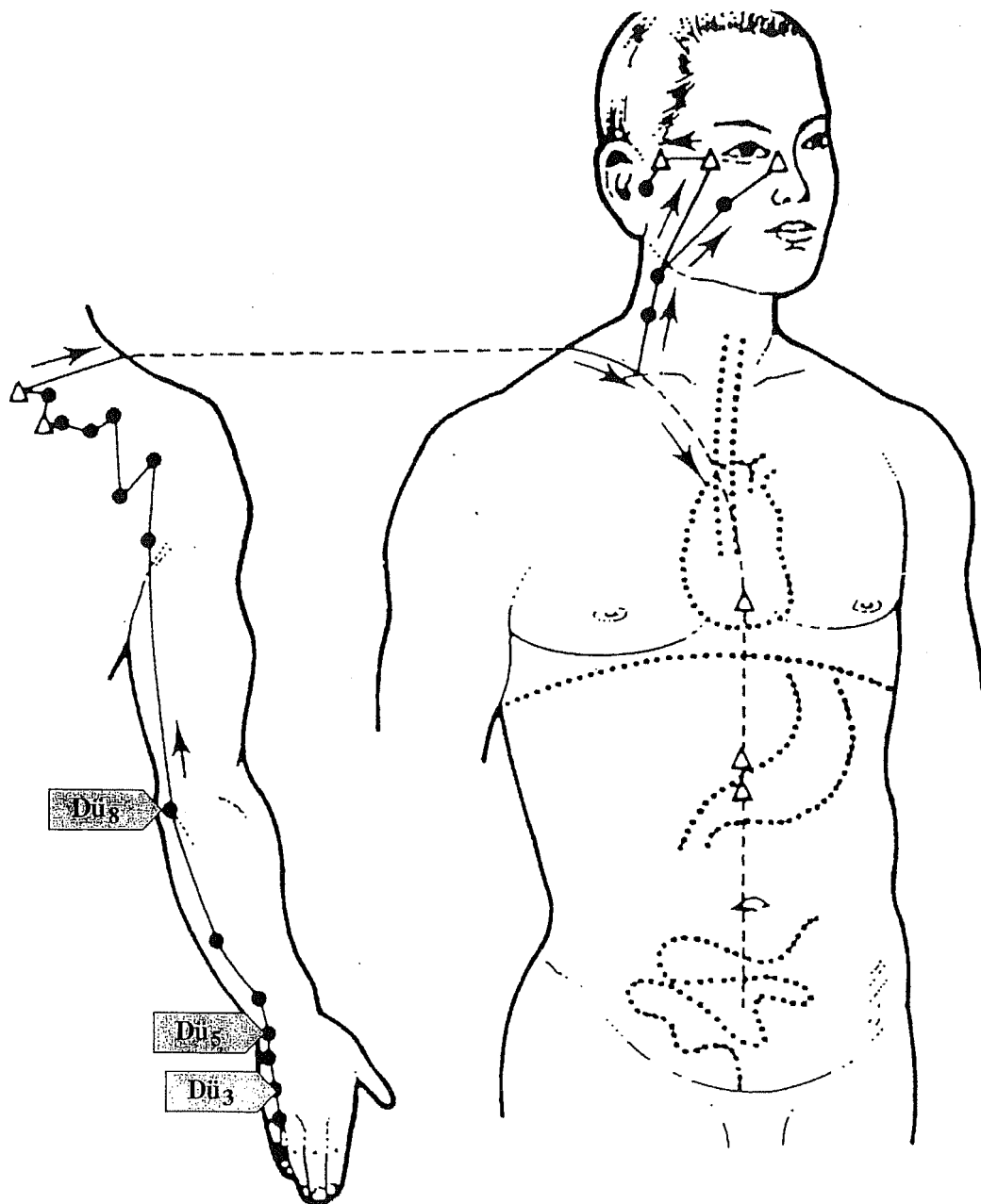


Abb. 23: Verlauf Dünndarmmeridian

Dü 1 (Shaoze)	
Lokalisation:	Ulnarer Nagelwinkel des Kleinfingers
Indikation:	Akute Notfälle, Fieber, Laktationsstörungen, Kopfschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt

Dü 3 (Houxi) !	
Lokalisation:	Ulnarer Rand der Faust ulnares Ende der Handquerfalte
Indikation:	Schmerzen, Verspannung von Nacken und Schulter, Torticollis, HWS-Syndrom, Tinnitus, Kopfschmerzen, Fieber, Lähmungen und Neuropathien der Hand
Lokale Wirkung:	
TCM:	Kühlt innere und äußere Hitze, Schlüsselpunkt des Du Mai, klärt den Geist
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Tonisierungspunkt Dünndarm • Kardinalpunkt Du Mai • Bach-Shu-Punkt • Sehr wichtiger Punkt!

Dü 5 (Yanggu)	
Lokalisation:	An der Handkante am ulnaren Ende der Handgelenksfalte am Proc. styloideus
Indikation:	Handgelenksschmerzen, Karpaltunnelsyndrom
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Dü 6 (Yanglao)!	
Lokalisation:	In der Vertiefung radial vom Proc. styloideus ulnae
Indikation:	Bei akuten schmerzhaften Erkrankungen im Meridianverlauf, schmerzhafter Nacken und Schulter, gemeinsam mit Dü 3 Houxi
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Xi-Punkt

Dü 9 (Jianzhen)!	
Lokalisation:	Bei Adduktion des Armes, 1 Cun oberhalb der dorsalen Falte der Axilla
Indikation:	Periarthritis humeroscapularis, Schulter-Arm-Syndrom, Lähmungen des Armes
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt

Dü 11 (Tianzong)!	
Lokalisation:	Verbindungsline Spina scapulae und untere Scapulaspitze, zwischen oberem und mittlerem Drittel in der Fossa infrascapularis
Indikation:	Schmerzen der Schulter
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt

Dü 14 (Jianwaishu)	
Lokalisation:	3 Cun lateral Unterrand des Proc. spinosus des 1. thorakalen Wirbels, lateral von Du 13 Taodao
Indikation:	Schmerzen der Schulter, HWS-Syndrom
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Transportpunkt (Shu) ☞ Gefährlicher Punkt!

Dü 17 (Tianrong)	
Lokalisation:	Dorsal vom Kieferwinkel, vor Musc. sternocleidomastoideus
Indikation:	Tonsillitis, Pharyngitis, Heiserkeit, Dysarthrie des Kiefergelenks
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Dü 18 (Quanliao)!	
Lokalisation:	Caudal des Arcus zygomaticus, unter lateralem Augenwinkel
Indikation:	Trigeminusneuralgie, Sinusitis, Fazialisparese, Schmerzen der Oberkieferzähne
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt bei „Wind im Kopfbereich“

Dü 19 (Tinggong)!	
Lokalisation:	Bei leicht geöffnetem Mund in der Vertiefung vor Tragus
Indikation:	Tinnitus, Morbus Meniere, Ohrinfektionen, Trigeminusneuralgie
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsam mit SJ 21 Ermen und Gb 2 Tinghui gestochen • Wichtiger Punkt bei Ohrenbeteiligung

6.4.7 Der Blasenmeridian

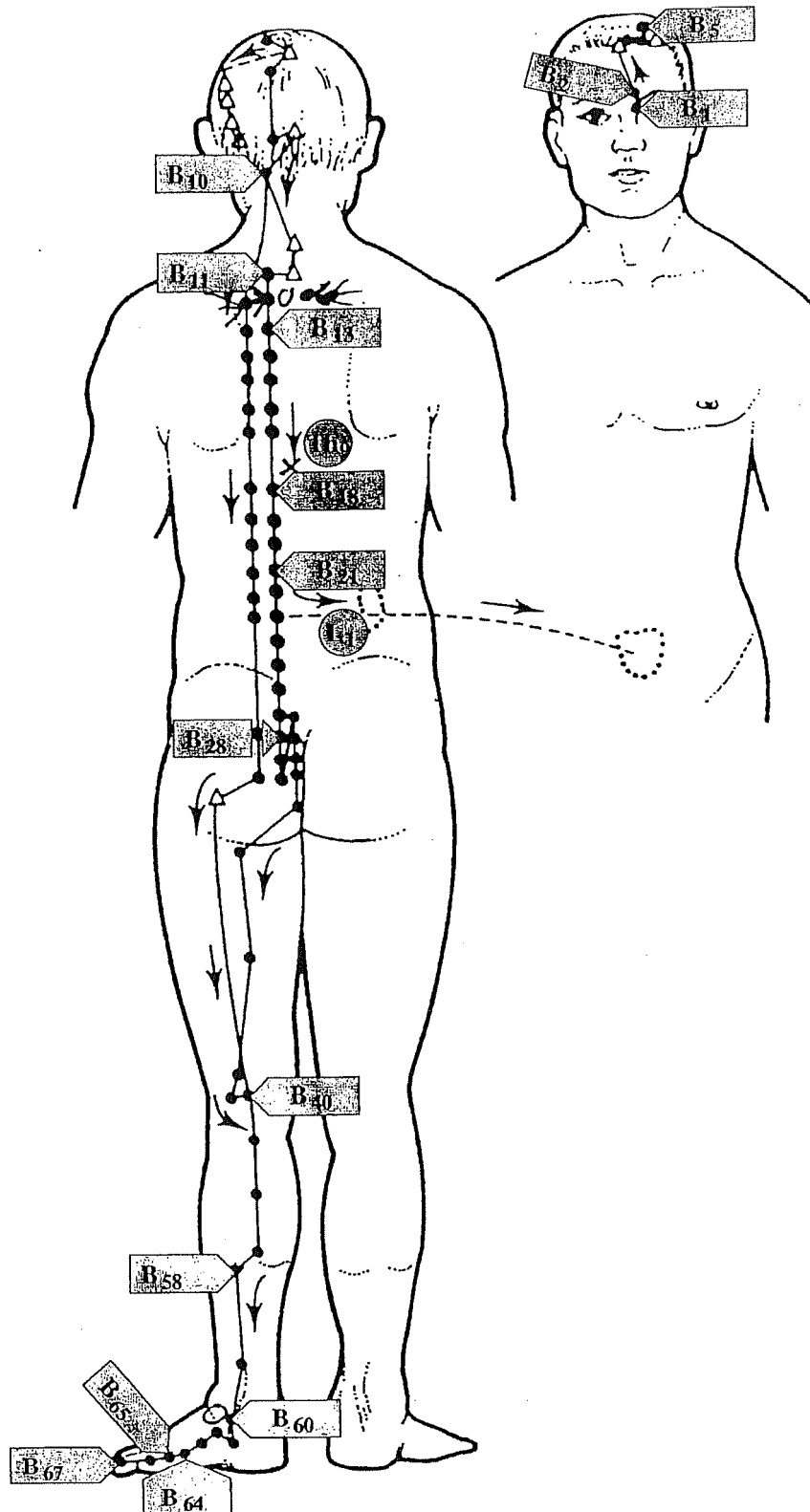


Abb. 24: Verlauf Blasenmeridian

BI 1 (Jingming)	
Lokalisation:	0,1 Cun medial oberhalb des innereren Augenwinkels
Indikation:	Erkrankungen des Auges, der Tränendrüse, des Augenlids
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

BI 2 (Zanzliu)!	
Lokalisation:	Mediales Ende Augenbraue, oberhalb innerer Augenwinkel, entspr. For. nerv. supraorbitalis
Indikation:	Augenerkrankungen, Sinusitis frontalis, frontale Kopfschmerzen, Migräne
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt

BI 10 (Tianzhu)!	
Lokalisation:	1,3 Cun lateral Du 15 (C 1/2), 0,5 Cun oberhalb Haaransatz, höchste Stelle des Musc. trapezius
Indikation:	Kopfschmerzen, Migräne, Schwindel, Sehstörungen, HWS-Syndrom, Pharyngitis, Erkältungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Beruhigt "inneren Wind", = wandernde Schmerzen, eliminiert pathogene Einflüsse, löst Blockaden und Stagnation von Qi
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr wichtiger Punkt!

BI 11 (Dashu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral Dornfortsatz Th 1
Indikation:	Gelenkerkrankungen, rheumatoide Arthritis, okzipitale Kopfschmerzen, HWS-Syndrom, Asthma bronchiale, Husten, Fieber
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Meisterpunkt für Knochen

BI 12 (Fengmen)	
Lokalisation:	1 Cun lateral Unterrand Th 2
Indikation:	BWS-Syndrom
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Punkt bei akuten Erkältungen

BI 13 (Feishu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral vom Unterrand des Dornfortsatzes des 3. Brustwirbel, Th 3
Indikation:	Lungenerkrankungen, Asthma bronchiale, chronische Bronchitis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt der Lunge

BI 15 (Xinshu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral des Dornfortsatzes des 5. Brustwirbels, Th 5
Indikation:	Herzkrankungen, Angina pectoris, Tachykardien. Psychische Störungen und Gedächtnisschwäche
Lokale Wirkung:	
TCM:	Beruhigt Herz und Geist, reguliert das Fließen von Qi und Blut
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt des Herzens

BI 17 (Geshu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral Dornfortsatz des 7. Brustwirbels, Th 7
Indikation:	Schluckauf, Husten, Erbrechen, Übelkeit, Dysphagie, Asthma bronchiale, Dyspnoe, Interkostalneuralgie, BWS-Syndrom, Anämie
Lokale Wirkung:	
TCM:	Bewegt Qi, löst Feuchtigkeit und Hitze
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt des Diaphragma • Meisterpunkt für Blut • Sehr wichtiger Punkt!

BI 18 (Ganshu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral des Dornfortsatzes des 9. Brustwirbels, Th 9
Indikation:	Erkrankungen von Leber und Gallenblase, Augenerkrankungen, Interkostalneuralgie, BWS-Syndrom
Lokale Wirkung:	
TCM:	Bewegt Qi, löst Feuchtigkeit und Hitze
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt der Leber

BI 19 (Danshu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral des Dornfortsatzes des 10. Brustwirbels, Th 10
Indikation:	Leber- und Gallenwegserkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt der Gallenblase

BI 20 (Pishu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral Dornfortsatz 11. Brustwirbel, Th 11
Indikation:	Oberbauchschmerzen, Diarrhoe, Pankreaserkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt der Milz

BI 21 (Weishu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral Dornfortsatz 12. Brustwirbel, Th 12
Indikation:	Ulcera ventriculi et duodeni, chronische Gastritis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt des Magens

BI 22 (Sanjiaoshu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral Dornfortsatz 1. Lumbalwirbel, L 1
Indikation:	Abdominelle Erkrankungen, Magenerkrankungen, Lumbalgien
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt des Sanjiao

BI 23 (Shenshu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral Dornfortsatz 2. Lumbalwirbel, L 2
Indikation:	Schwächezustände, chronische Müdigkeit, Depression, Urogenitalerkrankungen, chronische Harnwegsinfekte, Impotenz, LWS-Syndrom, Ischialgien, Ohrerkrankungen wie Tinnitus, M. Meniere
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt der Niere • Sehr wichtiger Punkt!

BI 24 (Qihaihu)	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral Dornfortsatz 3. Lumbalwirbel, L 3
Indikation:	LWS-Syndrom, Ischialgie, Dysmenorrhoe
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt des Meeres der Energie

BI 25 (Dachangshu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral Dornfortsatz 4. Lumbalwirbel, L 4
Indikation:	Diarrhoe, Obstipation, Colon irritabile, LWS-Syndrom, Ischialgie
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt des Dickdarms • Wichtiger Punkt bei Lumbalgien

BI 28 (Panguangshu)!	
Lokalisation:	1,5 Cun lateral der Mittellinie in Höhe der 2. Sakralöffnung.
Indikation:	Urogenitalerkrankungen, chronische Hamwegsinfekte, Lumbalgie, Ischialgie
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu der Blase

BI 32 (Ciliao)!	
Lokalisation:	2. Foramen sacrale
Indikation:	Lumbalgie, Obstipation
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

BI 40 (Weizhong)!	
Lokalisation:	Mitte der Beugefalte Knie
Indikation:	Lumbalgie, Ischialgie, Erkrankungen der Beckenorgane, Dysmenorrhoe, Impotenz, Enuresis. Hauterkrankungen wie Neurodermitis.
Lokale Wirkung:	Gonarthrose und Paresen der unteren Extremität
TCM:	Löst Hitze des Blutes, eliminiert Wind und Feuchtigkeit
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • He-Punkt • Meisterpunkt Rücken,LWS • Sehr wichtiger Punkt!

BI 57 (Chengshan)!	
Lokalisation:	Zwischen den Muskelbäuchen des Musc. gastrocnemius
Indikation:	Wadenkrämpfe, LWS-Syndrom, Ischialgie, Hämorrhoiden, Stirnkopfschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

BI 58 (Feiyang)	
Lokalisation:	7 Cun oberhalb BI 60
Indikation:	Lumbalgie, Ischialgie, Augenerkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo-Punkt

BI 60 (Kunlun)!	
Lokalisation:	Mitte Verbindungslinie zwischen Malleolus lateralis der Achillessehne
Indikation:	Wichtiger Fernpunkt für HWS-Syndrom, okzipitalen Kopfschmerzen, Tortikollis, Ischialgie, Lumbalgie. Schmerzzuständen des Sprunggelenks, Tendinitis der Achillessehne, Paresen der unteren Extremität
Lokale Wirkung:	
TCM:	Löst Wind und Feuchtigkeit
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt • Sehr wichtiger Punkt!

BI 62 (Shenmai)!	
Lokalisation:	0,5 Cun unterhalb Malleolus lateralis
Indikation:	Psychische Störungen, Krämpfe, Epilepsie, Apoplex, Suchterkrankungen, Schlafstörungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Beruhigt das Shen
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Kardinalpunkt Yangqiao

BI 67 (Zhiyin)!	
Lokalisation:	Lateraler Nagelwinkel der kleinen Zehe
Indikation:	Kopfschmerzen, Augenerkrankungen. Als Jing-Punkt bei akuten Notfällen. Geburtshilfe
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt • Tonisierungspunkt Blase

6.4.8 Der Nierenmeridian

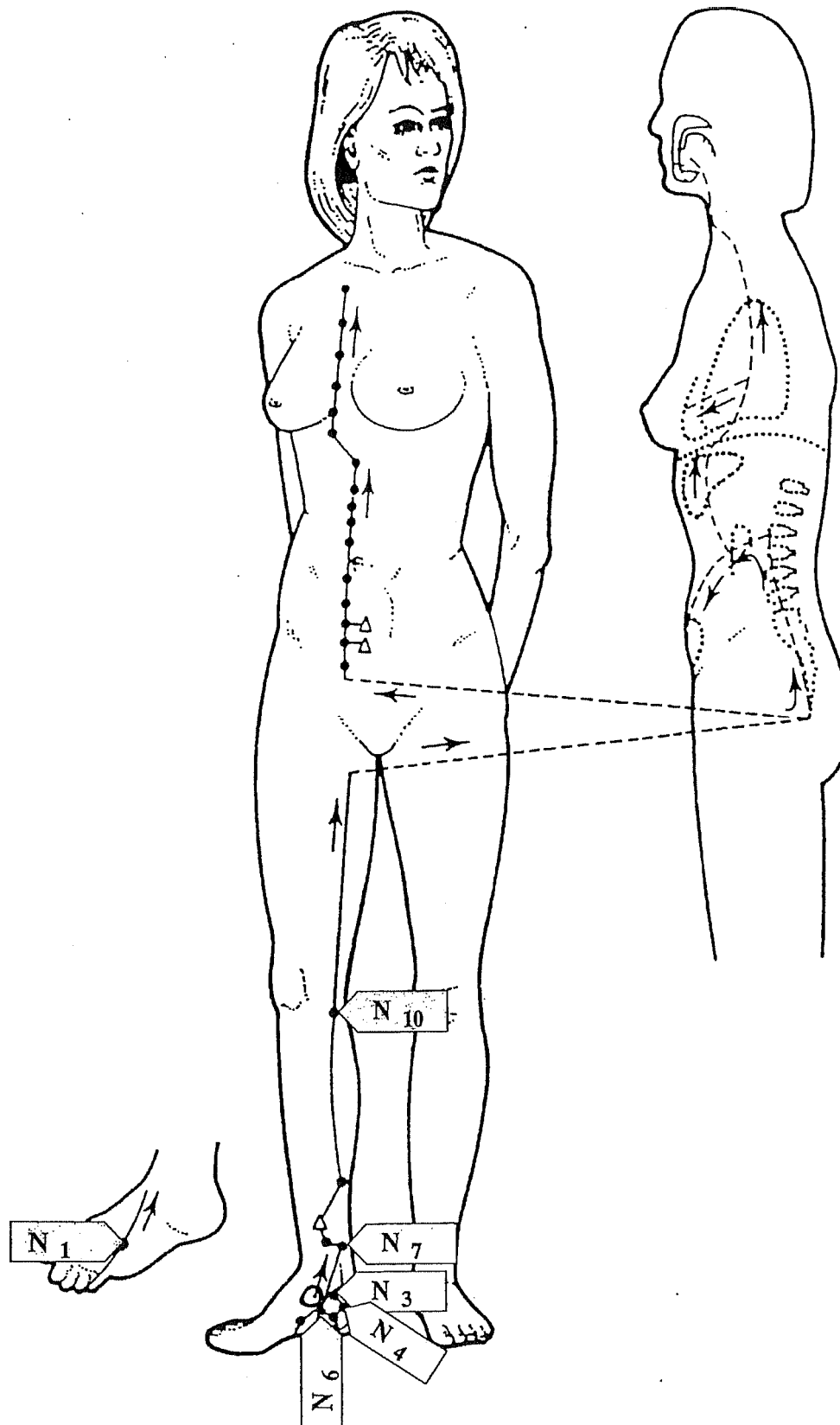


Abb. 25: Verlauf Nierenmeridian

Ni 1 (Yongquan)!	
Lokalisation:	Auf der Fußsohle zwischen vorderem und mittlerem Drittel des Fußes, zwischen 2. und 3. Metatarsophalangealgelenk
Indikation:	Wichtiger Jing-Punkt, Anwendung bei Epilepsie
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt • Sedierungspunkt Niere

Ni 3 (Taixi)!	
Lokalisation:	Mitte zwischen Malleolus medialis und Hinterrand Achillessehne, gegenüber von BI 60 Kunlun
Indikation:	Urogenitalerkrankungen, Klimakterium, Enuresis, Impotenz, Zystitis. Asthma bronchiale, Pharyngitis, Tinnitus, Lumbago, Schlafstörungen, Depression
Lokale Wirkung:	Erkrankungen des oberen Sprunggelenks
TCM:	Stärkt das Nieren-Qi und somit auch das Yang der Niere und kühlt Hitze
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Yuan-Punkt von BI 58 • Sehr wichtiger Punkt!

Ni 5 (Shuiquan)!	
Lokalisation:	Oberhalb Calcaneus, 1 Cun unterhalb Ni 3
Indikation:	Starke Dysmenorrhoe, Nierenkoliken, Analgesie und Spasmolyse bei Nephrolithiasis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Xi-Punkt

Ni 6 (Zhaolai)!	
Lokalisation:	1 Cun unterhalb Vorderrand Malleolus medialis
Indikation:	Menstruationsstörungen, Dysurie, Pruritus, Schlafstörungen, Epilepsie, Erkrankungen des Sprunggelenks
Lokale Wirkung:	
TCM:	Kühlt die Hitze und beruhigt Shen
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr wichtiger Punkt!

Ni 7 (Fuliu)!	
Lokalisation:	Vorderrand Achillessehne, 2 Cun oberhalb Malleolus medialis
Indikation:	Harnwegsinfekte, Depression, Schwitzen, Nachtschweiß, Diarrhoe, Lumbago
Lokale Wirkung:	
TCM:	Stärkt Nieren-Qi, eliminiert Feuchtigkeit und kühlt Hitze
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt • Tonisierungspunkt Niere

Ni 10 (Yingu)	
Lokalisation:	Im medialen Teil der Fossa poplitea zwischen Sehnen Musc. semitendinosus und membranosus
Indikation:	Knieschmerzen, Störung der Sexualfunktion des Mannes, Ovulationsstörungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none">• He-Punkt

6.4.9 Der Pericardmeridian

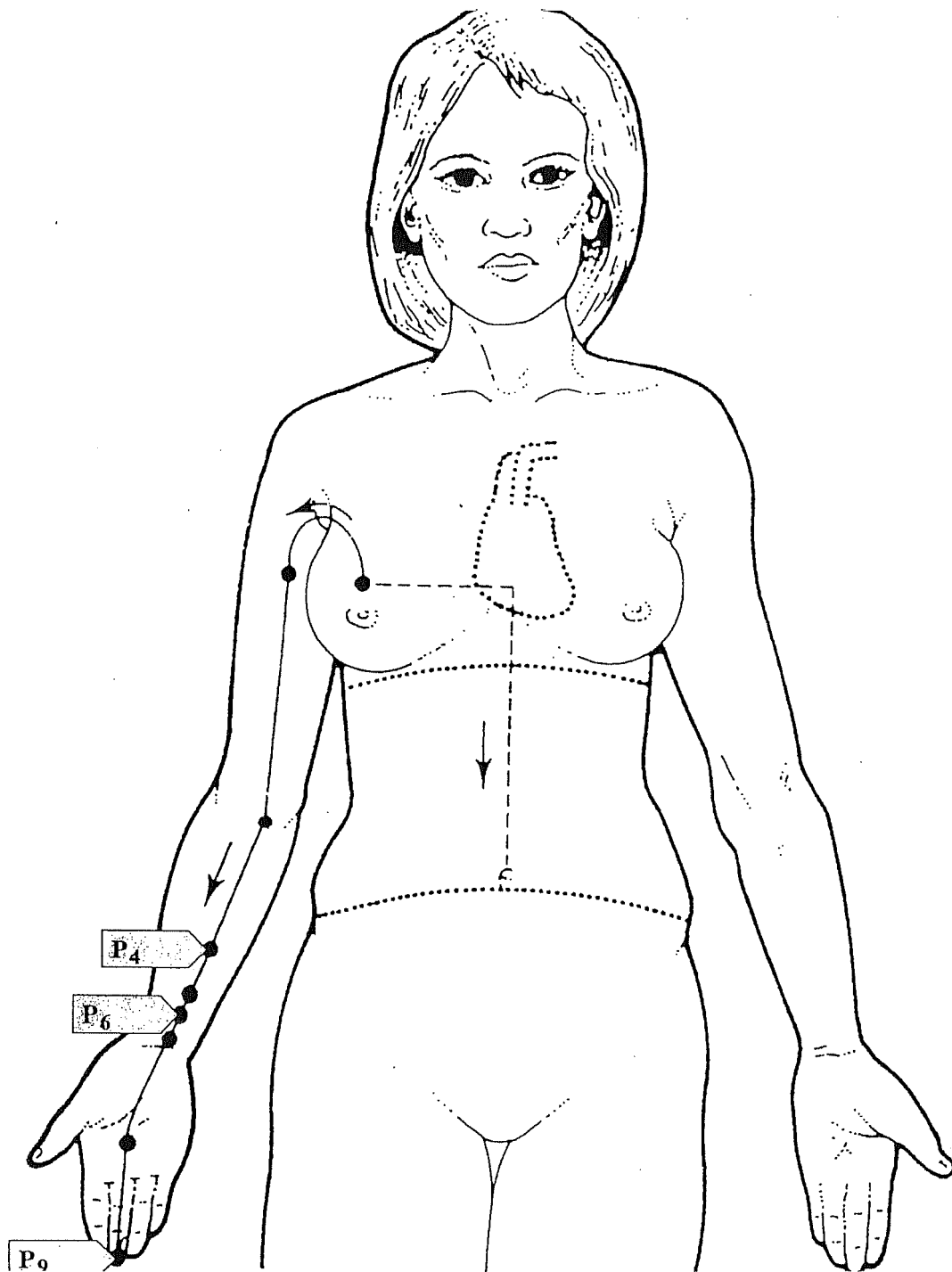


Abb. 26: Verlauf Pericardmeridian

Pe 4 (Ximen)	
Lokalisation:	Zwischen Sehne Musc. palmaris longus und flexor carpi radialis, 5 Cun proximal Handgelenksfalte
Indikation:	Angina pectoris, Herzrhythmusstörungen, Tachykardie, Pleuritis, Psychasthenie
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Xi-Punkt

Pe 6 (Neiguan)!	
Lokalisation:	Zwischen Sehne Musc. palmaris longus und flexor carpi radialis, 2 Cun proximal der Handgelenksfalte
Indikation:	Erkrankungen des Herzens, Tachykardie, Angina pectoris, Thoraxschmerzen. Ulcus ventriculi et duodeni, Gastritis, Übelkeit, Erbrechen, Schluckauf, Seekrankheit, Brechreiz, Hyperemesis gravidarum, innere Unruhe, Nervosität, Erregungszustände, Epilepsie, Schlafstörung, Gedächtnisstörung
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo zu 3E 4 • Meisterpunkt Thorax • Kardinalpunkt Yinwei • Sehr wichtiger Punkt!

Pe 7 (Daling)!	
Lokalisation:	Auf Handgelenksfalte, zwischen Sehnen Musc. palmaris longus und flexor carpi radialis
Indikation:	Lokaler Punkt bei Erkrankungen des Handgelenks, Tendovaginitis, Polyneuropathie, Paresen, psychische Störungen und psychiatrische Erkrankungen, Schizophrenie, Schlaflosigkeit, Epilepsie
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Yuan-Punkt zu 3E 5 • Wichtiger psychisch beruhigender Punkt • Sedierungspunkt Pericard

Pe 8 (Laogong)	
Lokalisation:	Auf Handfläche zwischen Fingerspitzen bei gebeugtem Mittel- und Ringfinger
Indikation:	Lähmungen, Polyneuropathien, Hauterkrankungen der Hand, Dupuytren - Kontrakturen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Ying-Punkt

Pe 9 (Zhongchong)	
Lokalisation:	Medialer Nagelwinkel des Mittelfingers
Indikation:	In Notfällen, wie Kreislaufkollaps, Ohnmacht, hohes Fieber, Schockzuständen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none">• Jing-Punkt• Tonisierungspunkt

6.4.10 Der San-Jiao-Meridian (Dreifach Erwärmer)

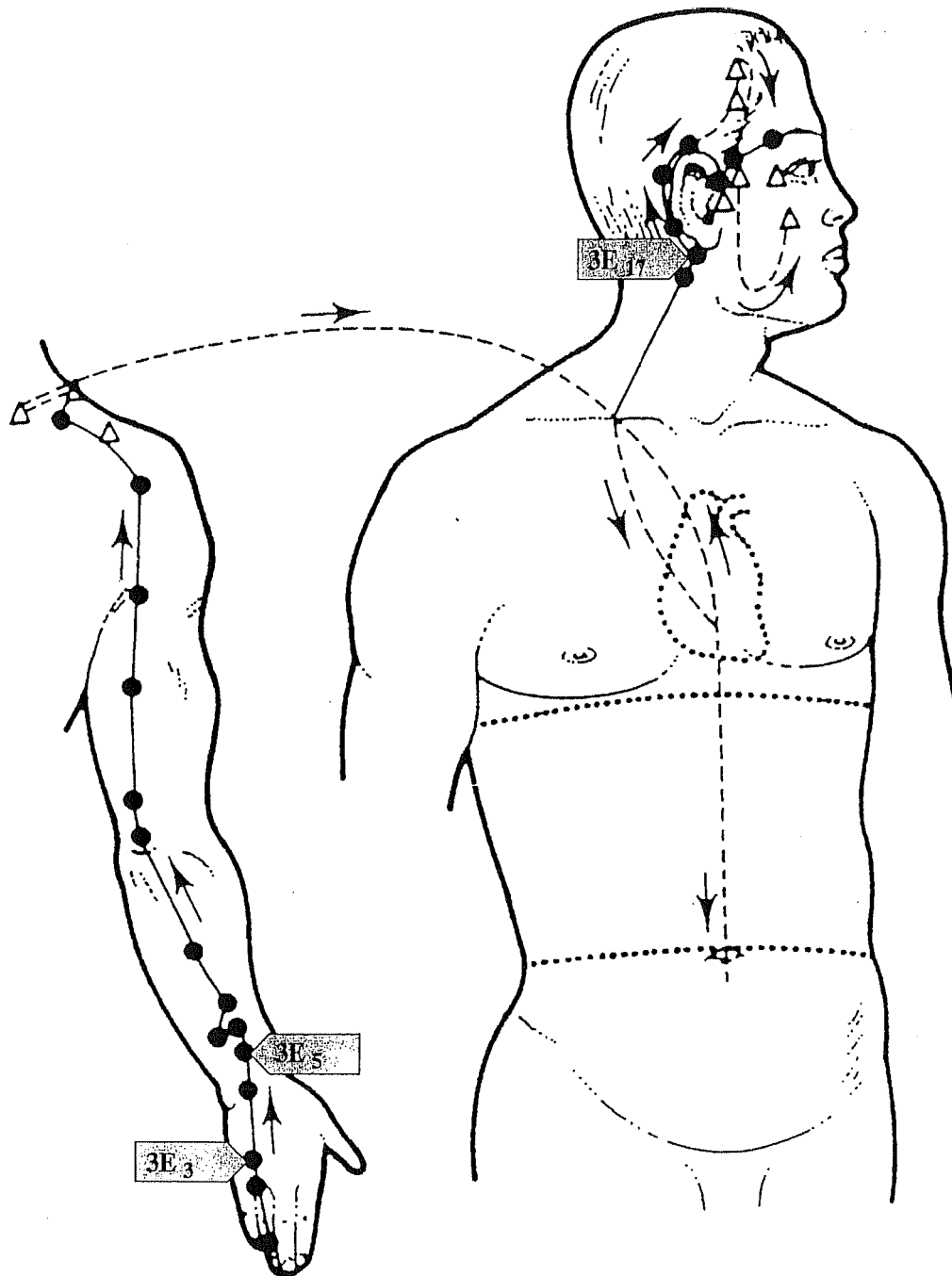


Abb. 27: Verlauf San-Jiao-Meridian

3E 2 (Yenmem)!	
Lokalisation:	In der Schwimmhaut 4./5. Finger
Indikation:	Tinnitus, Entzündungen der Kehle und des Rachens
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

3E 3 (Zhongzhu)	
Lokalisation:	Handrücken zwischen 4. und 5. Os metacarpale, proximal Metacarpophalangealgelenk
Indikation:	Tinnitus, Schwindel, Kopfschmerzen im Ohrbereich, Schmerzen, Paresen und Polyneuropathien der Hände
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Shu-Punkt • Wichtiger Fernpunkt Ohr • Tonisierungspunkt

3E 4 (Yangchi)	
Lokalisation:	Ulnar Sehne Musc. extensor digitorum communis, Dorsalseite Handgelenk über dem Gelenkspalt
Indikation:	
Lokale Wirkung:	Handgelenksschmerzen
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Yuan-Punkt zu Pe 6

3E 5 (Waiguan)!	
Lokalisation:	Mitte zwischen Ulna und Radius, 2 Cun proximal Handgelenksfalte
Indikation:	Kopfschmerzen, Migräne, HWS-Syndrom, Tortikollis, Tinnitus, Hörsturz, M. Meniere, Polyneuropathie der Arme, Arthritis des Handgelenks und der Fingergelenke
Lokale Wirkung:	
TCM:	Eliminiert Wind, Hitze und Kälte
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo-Punkt zu Pe 7 • Meisterpunkt bei rheumatischen Erkrankungen • Sehr wichtiger Punkt!

3E 6 (Zhigou)!	
Lokalisation:	Mitte zwischen Ulna und Radius, 3 Cun proximal der Dorsalfalte des Handgelenks
Indikation:	Obstipation, Meteorismus, abdominale Schmerzen, Colon irritabile
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt

3E 14 (Jianliao)!	
Lokalisation:	Hintere Grube der Schulter bei Abduktion des Armes
Indikation:	Schmerzen der Schulter, Periarthritis humeroscapularis, Lähmungen des Armes
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt

3E 17 (Yifeng)!	
Lokalisation:	Hinter Ohrläppchen, vor Processus mastoideus
Indikation:	Tinnitus, Parotitis, Fazialisparese
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

3E 21 (Ermen)!	
Lokalisation:	In Vertiefung vor Tragus, oberhalb des Processus condyloideus mandibulae
Indikation:	Tinnitus, Schwindel, Kiefergelenkserkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt bei Ohrenerkrankungen

3E 23 (Sizhukong)!	
Lokalisation:	Laterales Ende der Augenbraue
Indikation:	Augenerkrankungen, Migräne, frontale und temporale Kopfschmerzen, Sinusitis frontalis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt bei Augenerkrankungen

6.4.11 Der Gallenblasenmeridian

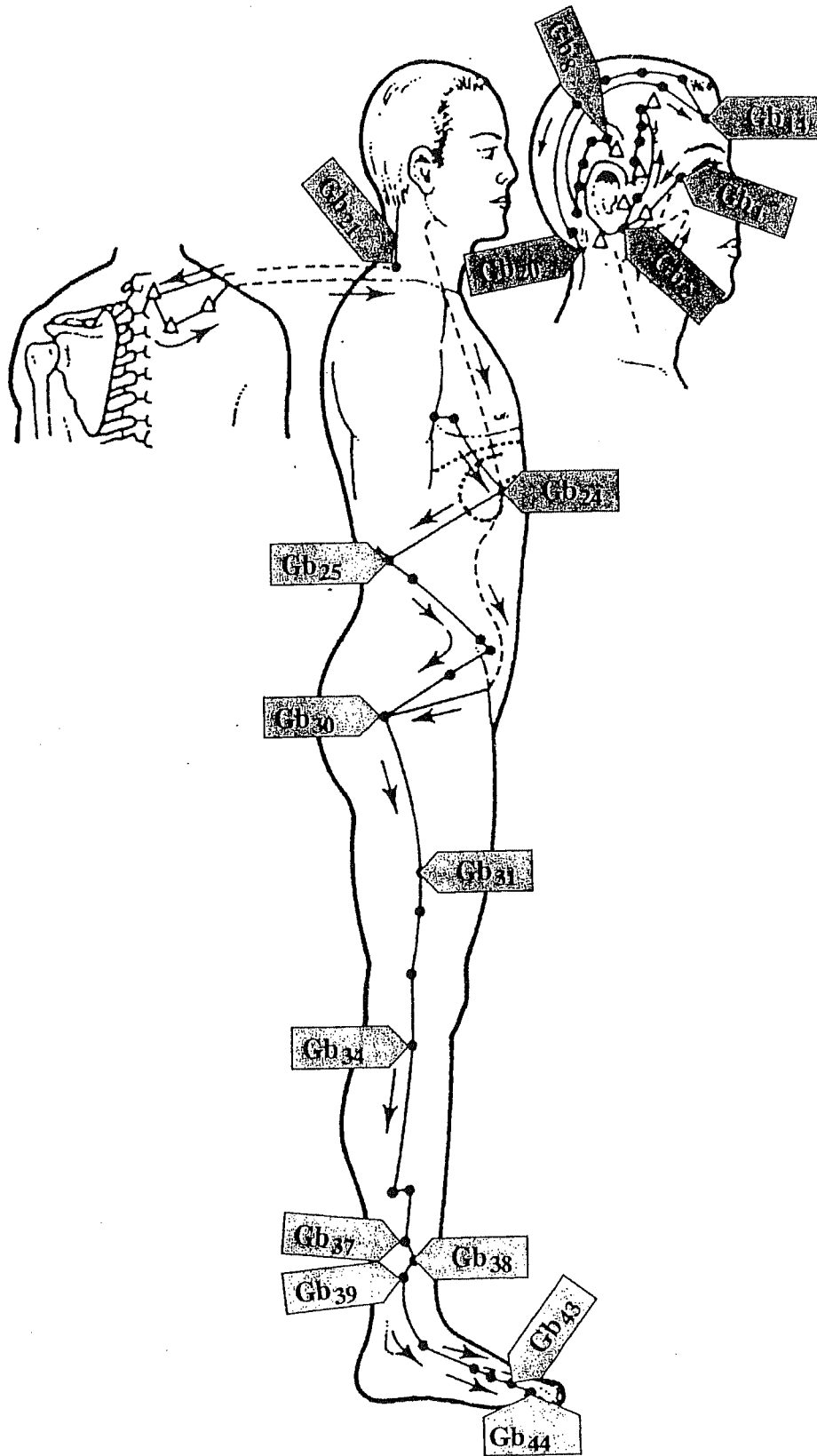


Abb. 28: Verlauf Gallenblasenmeridian

Gb 1 (Tongziliao)	
Lokalisation:	0,5 Cun lateral äußeren Augenwinkels
Indikation:	Augenerkrankungen, Kopfschmerzen, Trigeminusneuralgie, Tics
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Gb 2 (Tinghui)!	
Lokalisation:	Bei geöffnetem Mund hinter dem Kondylus mandibulae
Indikation:	Tinnitus, Hörsturz, M. Meniere, Zahnschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt

Gb 8 (Shuaigu)!	
Lokalisation:	1 Cun oberhalb der Ohrmuschel, 2 Cun oberhalb des Ohrenansatzes
Indikation:	Kopfschmerzen, Migräne, Schwindel
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt

Gb 14 (Yangbai)!	
Lokalisation:	Pupillenmitte, 1 Cun cranial der Augenbraue
Indikation:	Kopfschmerz, Migräne, Fazialisparese, Trigeminusneuralgie, Augenkrankheiten
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr wichtiger Punkt!

Gb 20 (Fengchi)!	
Lokalisation:	Zwischen Ursprüngen Musc. sternocleidomastoideus und trapezius
Indikation:	Migräne, Kopfschmerzen, HWS-Syndrom, Tortikollis, Schwindel, Hypertonie, Augenerkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Wichtiger Windpunkt
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr wichtiger Punkt!

Gb 21 (Jianjing)!	
Lokalisation:	Höchste Stelle der Schulter
Indikation:	Schulter-Arm-Syndrom, HWS-Syndrom, Tortikollis, Gallen- und Lebererkrankungen, Myogelosen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Alarmpunkt

Gb 24 (Riyu)!	
Lokalisation:	Mamillarlinie im 7.ICR
Indikation:	Leberkrankungen, Cholangitis, Gastritis, Schluckauf
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu-Punkt Gallenblase

Gb 25 (Jingmen)!	
Lokalisation:	Unterrand freies Endes 12. Rippe
Indikation:	Erkrankungen der Leber und Galle, LWS-Syndrom, Interkostalneuralgie, Nierenerkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu-Punkt Niere

Gb 30 (Huantiao)!	
Lokalisation:	Auf der Linie vom Trochanter major zum unteren Rand des Os sacrum, an der Grenze zwischen äußerem und mittlerem Drittel dieser Strecke
Indikation:	Ischialgien, Lumbago, Coxarthrose, Paresen, Polyneuropathie der Beine
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt

Gb 31 (Fengshi)!	
Lokalisation:	Laterale Seite Oberschenkel, zwischen Musc. vastus lateralis und biceps femoris an der Spitze des Mittelfingers bei angelegtem Arm
Indikation:	LWS-Syndrom, Ischialgie, rheumatische Arthritis, Paresen, Neurodermitis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Wichtiger Lokalpunkt

Gb 34 (Yanglingquan)!	
Lokalisation:	Schnittpunkt der Linien von unterem und vorderem Fibulaköpfchen
Indikation:	Muskeln, Sehnen, Tendovaginitis, LWS-Syndrom, Ischialgie, Muskeldystrophien, Myopathien, Paresen, Hypertonie Leber- und Gallenblasenerkrankungen, psychische Störungen, Dysurie, Kniegelenkerkrankungen, rheumatoide Arthritis
Lokale Wirkung:	
TCM:	Harmonisiert die Leber und eliminiert Feuchtigkeit, Hitze und Wind
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • He-Punkt • Meisterpunkt Muskeln, Sehnen • Sehr wichtiger Punkt!

Gb 37 (Guangminj)!	
Lokalisation:	Vorderrand der Fibula, 5 Cun proximal Malleolus lateralis
Indikation:	Augenerkrankungen, Kopfschmerzen, Migräne, Lebererkrankungen, psychische Störungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Löst Wind und Feuchtigkeit auf und fördert das Sehen. Wichtigster Punkt bei Augenerkrankungen
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo-Punkt

Gb 39 (Xuanzhong)!	
Lokalisation:	Zwischen Hinterrand der Fibula und Sehne Musc. peroneus longus und brevis, 3 Cun proximal vom Malleolus lateralis
Indikation:	Fernpunkt für Tortikollis und HWS-Syndrom
Lokale Wirkung:	
TCM:	Ist Treffpunkt der 3 Yang Meridiane am Bein (Ma, Gb, Bl) und löst Wind, Feuchtigkeit und Hitze auf
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Meisterpunkt Knochenmark • Gruppen-Luo

Gb 40 (Qiuxu)!	
Lokalisation:	Vor und unterhalb Malleolus lateralis; Kreuzungspunkt der Linien unterer und vorderer Rand Malleolus lateralis
Indikation:	Thoraxschmerzen, Interkostalneuralgie, HWS-Syndrom, Arthritis bzw. Distorsionen des Sprunggelenks, Ulcus cruris
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Yuan-Punkt

Gb 41 (Fuß-Linqi)!	
Lokalisation:	Distal Basis Os metatarsale 4 und 5
Indikation:	Fernpunkt für Hörsturz, Tinnitus, M. Meniere, Dysmenorrhoe
Lokale Wirkung:	
TCM:	Fördert das Fließen von Qi, löst Hitze und harmonisiert Wind
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Kardinalpunkt Dai Mai • Shu-Punkt

GB 43 (Xiaksi)	
Lokalisation:	Interdigitalhaut zwischen 4. und 5. Zeh
Indikation:	Hypertonie, Tinnitus, Gallenblasenerkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Gb 44 (Fuß-Qiaoyin)	
Lokalisation:	Lateraler Nagelwinkel 4. Zehe
Indikation:	In Notfällen, bei Kopfschmerzen, Interkostalneuralgie, Asthma bronchiale
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Jing-Punkt

6.4.12 Der Lebermeridian

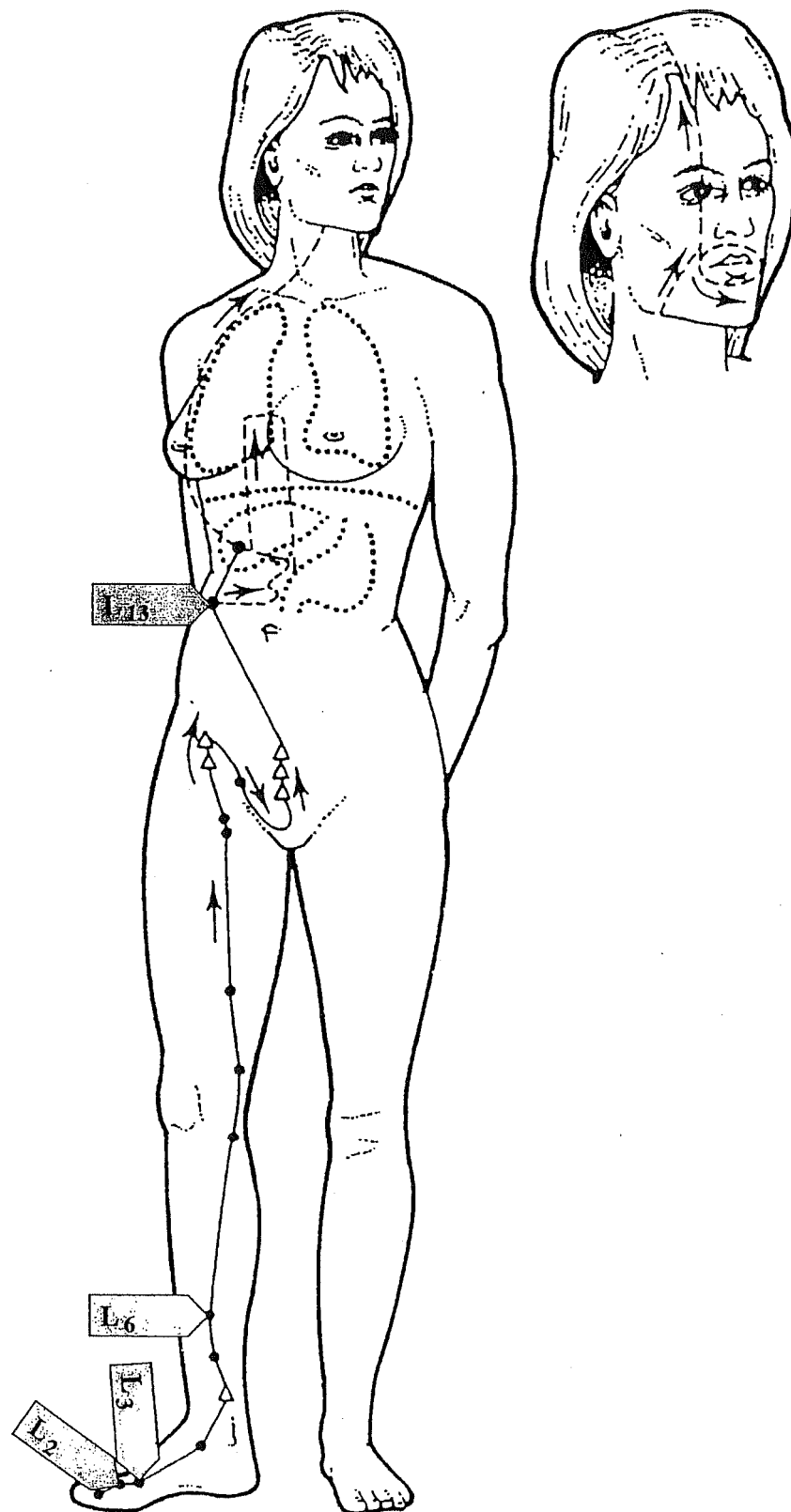


Abb. 29: Verlauf Lebermeridian

Le 2 (Xinj jian)!	
Lokalisation:	Interdigitalfalte 1. und 2. Zehe
Indikation:	Dysmenorrhoe, Hypermenorrhoe, Enuresis, Konjunktivitis, Augenbrennen, Kopfschmerzen, Migräne, Epilepsie, Schlafstörung
Lokale Wirkung:	
TCM:	Löst Leberfeuer und Qi-Stagnation im Körper auf
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Ying-Punkt • Sedierungspunkt Leber

Le 3 (Taichong)!	
Lokalisation:	Zwischen 1. und 2. Os metatarsale, 2 Cun proximal Interdigitalfalte
Indikation:	Fernpunkt für Augenerkrankungen, chronische Konjunktivitis. Migräne, Kopf- und Thoraxschmerzen; endokrine, Störungen und Stoffwechselerkrankungen, Psychische Erregung, innere Unruhe, Nervosität, Spannungszustände, Durchblutungsstörungen, Dysmenorrhoe, Zyklusstörungen, Geburtserleichterung, Enuresis, Dysurie, Tinnitus, M. Meniere, Epilepsie, Comotio, Hypertonie
Lokale Wirkung:	
TCM:	Harmonisiert Leber Qi, fördert Fließen von Qi im ganzen Körper, ist bei Stagnation von Qi im ganzen Körper indiziert
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Yuan-Punkt • Wichtig bei Leber und Gallenerkrankungen • Sehr wichtiger Punkt!

Le 5 (Ligou)	
Lokalisation:	Mediale Tibiakante, 5 Cun oberhalb Malleolus medialis
Indikation:	Dysmenorrhoe, Dysurie, sexuelle Störungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Luo-Punkt zu Gb 40

Le 6 (Zhongdu)!	
Lokalisation:	Tibiahinterrand 7 Cun oberhalb des Malleolus medialis
Indikation:	Empfindlich bei Lebererkrankungen (2. Alarmpunkt der Leber) verwendbar zur Diagnose und Therapie bei akuten Leber- und Gallenblasenerkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Xi-Punkt • Alarmpunkt • Wichtiger Punkt für den gynäkologischen Bereich

Le 8 (Ququan)!	
Lokalisation:	Mediales Ende Beugefalte Knie, am Vorderrand des M. semimembranosus und semitendinosus
Indikation:	Dysurie, Pruritus, Harnwegsinfekt, Schmerzen im Kniegelenk, Impotenz, Dysmenorrhoe, Conjunktivitis sicca
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • He-Punkt • Tonisierungspunkt

Le 13 (Zhangmen)!	
Lokalisation:	Freies Ende 11. Rippe
Indikation:	Meteorismus, Diarrhoe, abdominale Schmerzen, Maldigestion, Leber- und Gallen- und Stoffwechselerkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Fördert die Funktion des Milz-Pankreas und die Leberfunktion
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu-Punkt Milz-Pankreas • Meisterpunkt Zang Organe

Le 14 (Qimen)!	
Lokalisation:	Mammillarlinie 6. ICR
Indikation:	Schmerzen im Oberbauch und Thorax, Übelkeit, Erbrechen, Lebererkrankungen, Interkostalneuralgie, Laktation
Lokale Wirkung:	
TCM:	Löst Feuchtigkeit, Hitze, beseitigt Stagnation, harmonisiert Leber-Qi
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu-Punkt Leber ☞ Gefährlicher Punkt : Pneumothorax!

6.5 Die außerordentlichen Gefäße

6.5.1 Ren Mai (Konzeptionsgefäß)

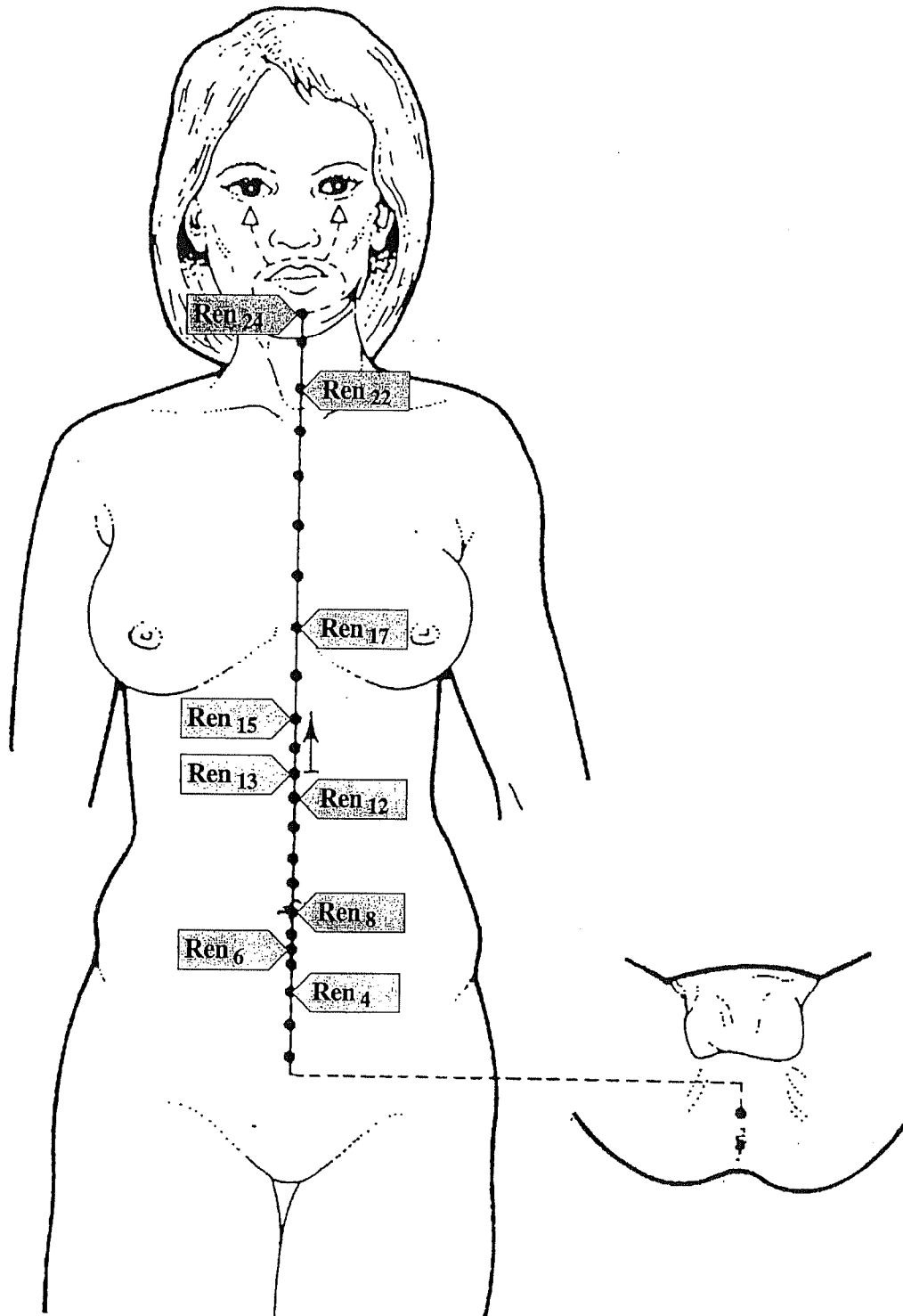


Abb. 30: Verlauf Ren Mai (Konzeptionsgefäß)

Ren 3 (Zongji)!	
Lokalisation:	1 Cun oberhalb der Symphyse
Indikation:	Dysmenorrhoe, Zyklusstörungen, Inkontinenz, chronische Entzündungen im Becken, Enuresis, Impotenz
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu-Punkt Blase

Ren 4 (Guanyuan)!	
Lokalisation:	2 Cun oberhalb von Ren 2 , 3 Cun unterhalb des Nabels
Indikation:	Dysmenorrhoe, Zyklusstörungen, Inkontinenz, chronische Entzündungen im Becken, Enuresis, Impotenz
Lokale Wirkung:	
TCM:	Stärkt Yin im ganzen Körper und auch das Yang, besonders das Nieren-Yang
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu-Punkt Dünndarm • Sehr wichtiger Punkt!

Ren 6 (Qihai)!	
Lokalisation:	1,5 Cun unterhalb Nabel
Indikation:	Schwäche- und Erschöpfungszustände. Allgemeiner Tonisierungspunkt für das Qi. In Verbindung mit Ma 36 und MP 6 zur Behandlung von Depression, chronischer Müdigkeit und Hypotonie
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr wichtiger Punkt!

Ren 8 (Shenque)	
Lokalisation:	Nabel
Indikation:	☞ Dieser Punkt ist für Akupunktur verboten
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Ren 12 (Zhongwan)!	
Lokalisation:	Mitte zwischen Xyphoidspitze und Nabel
Indikation:	Gastritis, Magenulkus, Übelkeit, Erbrechen, Maldigestion, Malabsorption, Lebererkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Meisterpunkt für Fu-Organ • Mu-Punkt Magen • Sehr wichtiger Punkt!

Ren 14 (Juque)!	
Lokalisation:	2 Cun unter der Xiphoidspitze
Indikation:	Oberbaucherkrankungen, Herzerkrankungen wie vegetative Herzsyndrome, Angina pectoris, psychische Störungen wie Schlafstörungen und Erregungszustände
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu-Punkt Herz

Ren 17 (Shanzhong)!	
Lokalisation:	Sternummitte in Höhe des 4. Interkostalraumes
Indikation:	Asthma bronchiale, chronische Bronchitis, Erkrankungen der Thoraxwand, Dyspnoe, AP
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Mu-Punkt Perikard • Meisterpunkt der Respirationsorgane • Sehr wichtiger Punkt!

Ren 22 (Tiantu)!	
Lokalisation:	In Fossa jugularis
Indikation:	Akuter Asthmaanfall, Singultus, Dysphagie, Pharyngitis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<p>☠ Gefährlicher Punkt! Art der Nadelung: In diesem Punkt wird die Nadel bei sitzender Position des Patienten zunächst 0,5 cm nach hinten eingestochen, dann wird der Patient aufgefordert, den Kopf ganz in den Nacken zu legen, und die Nadel wird parallel zur Sternmuhinterseite 2-3 cm weiter nach caudal geschoben. Dieser Punkt sollte jedoch nur bei sicherer Beherrschung der Technik angewendet werden. Falsche Nadelführung gefährdet die im Mediastinum gelegenen großen Gefäße und andere Organe</p>

Ren 23 (Lianquan)!	
Lokalisation:	Oberrand des Schildknorpels und Unterrand Mandibula
Indikation:	Aphasie, Heiserkeit, Schluckstörungen, Sprachstörungen infolge eines Schlaganfalles, Stottern, Hypersalivation, Pharyngitis, Laryngitis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Ren 24 (Chengjiang)!	
Lokalisation:	Mitte des Sulcus mentolabialis
Indikation:	Fazialisparese, Zahnschmerzen, Unterdrückung des Würgereflexes
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none">• Wichtiger Lokalpunkt

6.5.2 Du-Mai (Lenkergefäß)

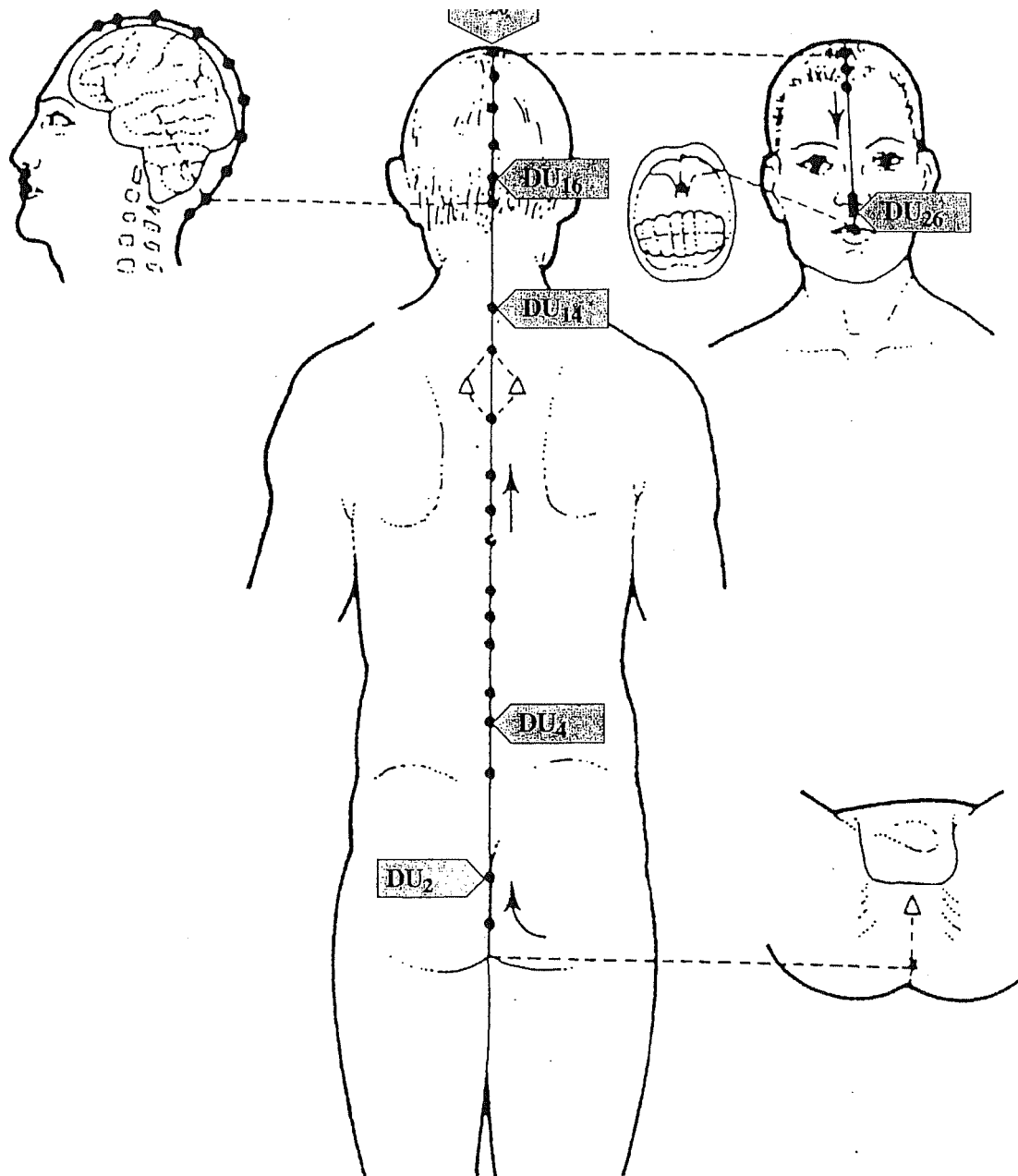


Abb. 31: Verlauf Du-Mai (Lenkergefäß)

Du 1 (Chanqianq)	
Lokalisation:	Auf der Mitte zwischen Anus und der Spitze des Os coccygeum
Indikation:	Anorektale Erkrankungen, Diarrhoe
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Du 3 (Yaoyangguan)!	
Lokalisation:	Zwischen L 4 und L 5
Indikation:	Lumboischialgie, Dysmenorrhoe, Zyklus und sexuelle Störungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Du 4 (Mingmen)!	
Lokalisation:	Zwischen den Dornfortsätzen L 2 und L 3
Indikation:	Lumbalgie, Ischialgie, Migräne, Kopfschmerzen, Tinnitus, sexuelle Störungen, Urogenitalerkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Hat enge Beziehung zum Punkt BI 23 und zum Nierensystem. Hier lässt sich das Qi und das Yang der Niere tonisieren. Das Yang der Niere wird auch Tor des Lebens genannt
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr wichtiger Punkt!

Du 13 (Taodao)!	
Lokalisation:	Unterhalb des Dornfortsatzes von Th 1
Indikation:	HWS-Syndrom, Schulter-Arm-Syndrom, Migräne, okzipitale Kopfschmerzen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Löst Hitze, vor allem der Lunge auf
Besonderheit:	

Du 14 (Dazhui)!	
Lokalisation:	Unterhalb des Dornfortsatzes der Vertebra prominens, C 7
Indikation:	Migräne, Kopfschmerzen, HWS-Syndrom, Tortikollis. Asthma bronchiale, Ekzeme, Immunstimulation, Epilepsie, Depression.
Lokale Wirkung:	.
TCM:	Hat eine starke Wirkung auf das Yang-Qi im Körper, löst Hitze, harmonisiert Herz und Psyche
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Du14 ist ein überaus wichtiger übergeordneter und koordinierender Punkt der Thorax- und Nackenregion • Leitet pathogene Faktoren aus dem Yang-Meridian • Sehr wichtiger Punkt!

Du 15 (Yamen)!	
Lokalisation:	Zwischen C 1 und C 2
Indikation:	Schwerhörigkeit, Aphasie, Sprachstörung. Kopfschmerzen, Migräne, HWS-Syndrom, Tortikollis, psychiatrische Erkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	☞ Gefährlicher Punkt

Du 16 (Fengfu)!	
Lokalisation:	Unterhalb Protuberantia occipitalis
Indikation:	Kopfschmerzen, Migräne, Apoplex, Hemiplegie, psychiatrische Erkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Ist ein wichtiger "Windpunkt" der Windstörungen im ganzen Körper eliminiert
Besonderheit:	

Du 20 (Baihui)!	
Lokalisation:	In der Verlängerung der Verbindungslinie vom tiefsten zum höchsten Punkt der Ohrmuscheln auf der Medianlinie des Kopfes; 7 Cun oberhalb der Nackenhaarlinie, 5 Cun dorsal der Stirnhaargrenze. Hier ist meist eine leichte Vertiefung zu tasten, die bei vielen Patienten eine erhöhte Tastsensibilität aufweist
Indikation:	Psychisch stark wirksamer Punkt, sedierende und harmonisierende Wirkung. Kopfschmerzen, Migräne, Schlafstörung, Depression, Angst, Entzugerscheinungen, Apoplex, Gedächtnisstörung. Fernpunkt bei urogenitalen und anorektalen Erkrankungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr wichtiger Punkt!

Du 26 (Renzhong)!	
Lokalisation:	Zwischen mittlerem und oberem Drittel zwischen Nase und Oberlippe
Indikation:	Wichtigster Punkt bei Notfällen. Epileptische Anfälle, auch Grand mal können sofort unterbrochen werden
Lokale Wirkung:	
TCM:	Löst Blockaden von Qi und Blut und bringt die Lebensenergie wieder zum Fließen
Besonderheit:	<ul style="list-style-type: none"> • Meisterpunkt der Wiederbelebung • Wichtig bei Kollaps und Lumbago • Sehr wichtiger Punkt!

6.6 Extrapunkte

EX KH 1 (Sishencong)!	
Lokalisation:	4 Punkte am Kopf je 1 Cun vor, hinter, links und rechts Du 20
Indikation:	Kopfschmerz, Schwindel, Schlaflosigkeit, Apoplex, psychische Störungen
Lokale Wirkung:	
TCM:	Beruhigt Herz, besänftigt Shen, erhellt das Augenlicht, schärft Gehör
Besonderheit:	

EX KH 3 (Yintang)!	
Lokalisation:	Vordere Medianlinie zwischen den Brauen
Indikation:	Kopfschmerz, Schwindel, Augenkrankheiten, allergische Rhinitis, Sinusitis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

EX AH 9 (BaXie)!	
Lokalisation:	4 Punkte zwischen den Köpfen der Ossa metacarpalia
Indikation:	Schmerzen, Bewegungsstörungen der Hand, Parästhesien
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

EX BF 4 (Neixiyan)!	
Lokalisation:	Bei gebeugtem Knie in Vertiefung medial Lig. patellae gegenüber Ma 35
Indikation:	Knieschmerzen, Gonarthrose
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

EX BF 6 (Dannang)!

Lokalisation:	2 Cun distal von Gb 34
Indikation:	Akute und chronische Cholecystitis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

EX BF 10 (Bafeng)!

Lokalisation:	4 Punkte am distalen Rand der Interdigitalfalten
Indikation:	Schwellung und Schmerzen des Fußes, Parästhesien der unteren Extremität
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

Ex R 1 (Dingchuan)!

Lokalisation:	0,5 Cun lateral Proc. spinosus C7
Indikation:	Asthma, Bronchitis
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

EX R 2 (Jiaji)!

Lokalisation:	17 Punkte caudal und 0,5 Cun lateral vom Proc. spinosus von Th 1 bis L5
Indikation:	Segmentale Organerkrankungen, WS-Probleme
Lokale Wirkung:	
TCM:	
Besonderheit:	

7 Sonderformen der Akupunktur

- Ohrakupunktur
- ECIWO-Akupunktur
- Neue Schädelakupunktur nach Yamamoto
- Chinesische Schädelakupunktur
- Hand- und Fußakupunktur
- Mundakupunktur
- Augenakupunktur

7.1 Ohrakupunktur

7.1.1 Historische Entwicklung

Es ist bekannt, dass bereits vor Jahrhunderten Erkrankungen des Menschen über die Ohrmuschel behandelt wurden. Von Hippokrates (um 460 v. Chr.) ist überliefert, dass er durch Anwendung von Aderlaß auf der Rückseite der Ohrmuschel Patienten mit Impotenz behandelt habe. Im alten Ägypten wurden durch Behandlung an bestimmten Ohrpunkten Schmerzen gelindert und auch gibt es Hinweise über persische Behandler, die Ischiasbeschwerden mittels Kauterisation an bestimmten Stellen auf der Anthelix therapierten. Ein bekanntes Dokument stellt das Gemälde „Garten der Lüste“ von Hieronymus Bosch (17. Jahrhundert) dar, auf welchem der Ischiaspunkt sowie die Punkte „Libido“ und „Äußere Genitale“ mit Nadeln durchstoßen sind. In China wurden erstmals im Huangdi Neijing (1. Jahrhundert v. Chr.) rund 20 Akupunkturpunkte auf der Ohrmuschel erwähnt.

Der französische Arzt Dr. Paul Nogier entdeckte die Ohrakupunktur oder auch Auriculotherapie im Jahre 1950 wieder, als er in der Ohrmuschel einiger seiner Patienten Narben auffand, welche durch die Kauterisation bestimmter Areale der Anthelix zur Behandlung von Ischias entstanden.

Durch umfangreiche Forschung und klinische Praxis wies er reflektorische Beziehungen zwischen Körper und Ohr nach, wie z.B. die Korrespondenz von Anthelix und Wirbelsäule, und entwickelte mit der Erarbeitung einer Ohrsomatotopie den Grundpfeiler eines neuen Diagnose- und Therapiekonzeptes, welches 1961 in Deutschland von Dr. Niels Krack übernommen und bekannt gemacht wurde.

1954 veröffentlichte er erstmals in der „Deutschen Zeitschrift für Akupunktur“ seine Erkenntnisse und stellte diese 1961 auf einem Akupunkturkongress in Deutschland erstmalig vor, welche von da an auf breite Akzeptanz in China gestoßen sind und dann auch dort weiterentwickelt wurden. Die Chinesische Schule unterscheidet sich allerdings von der französischen Schule und wird in Europa („Wiener Schule“) unter den Hautvertretern Prof. Bischko und seinen Schülern König und Wancura vorangetrieben.

Bis zu seinem Tod im Jahre 1996 publizierte Nogier seine Erkenntnisse. Zu seinen bekannten Schülern zählen sein Sohn Raphael Nogier und der deutsche Arzt Dr. Frank Bahr.

7.1.2 Die Anatomie der Ohrmuschel

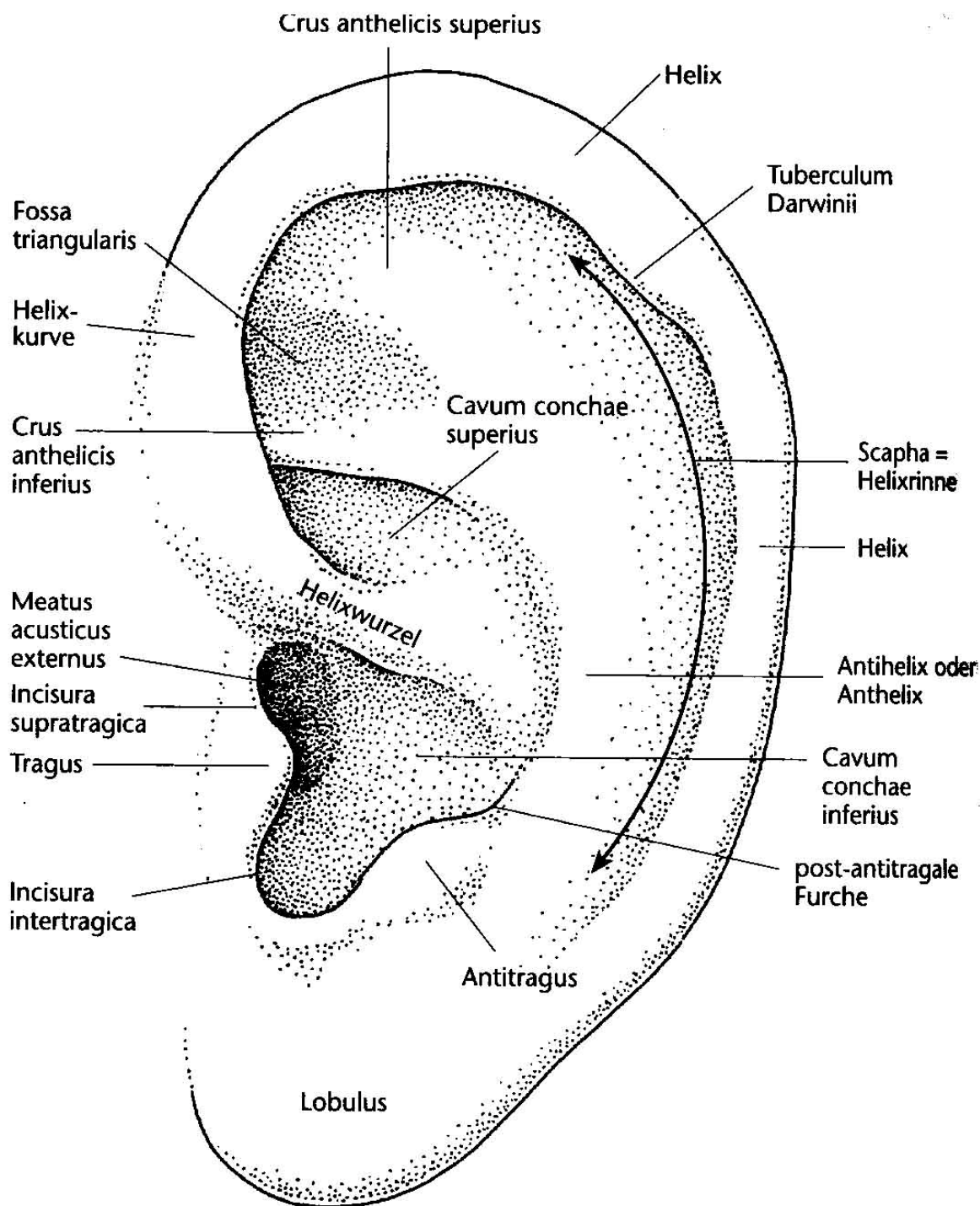


Abb. 32: Die Anatomie der Ohrmuschel (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

7.1.3 Die Innervation und Gefäßversorgung der Ohrmuschel

Innervation

Auch wenn die genaue Innervation der Ohrmuschel z.Z. noch kontrovers diskutiert wird, besteht Einigkeit über die Hauptversorgung mit drei Nerven:

- **Ramus auricularis des N. vagus**
 - Innervation der Concha, in deren Gebiet sich die Organe des **entodermalen Keimblattes** wie Magen, Lunge, Leber, Galle usw., projizieren.
- **N. auricularis magnus des Plexus cervicalis**
 - Innervation des Helixrandes sowie Ohr läppchen. Hier projizieren sich die Organe **ektodermalen Ursprungs** wie Haut, Nervensystem usw.
- **N. auriculotemporalis des N. trigeminus**
 - Restlicher Teil der Ohrmuschel wie Scapha, Fossa triangularis, Antitragus, Anthelix. Hier projizieren sich die Organe **mesodermalen Ursprungs** wie Muskeln, Knochen, Bänder, Bindegewebe, Herz, Milz und Nieren.

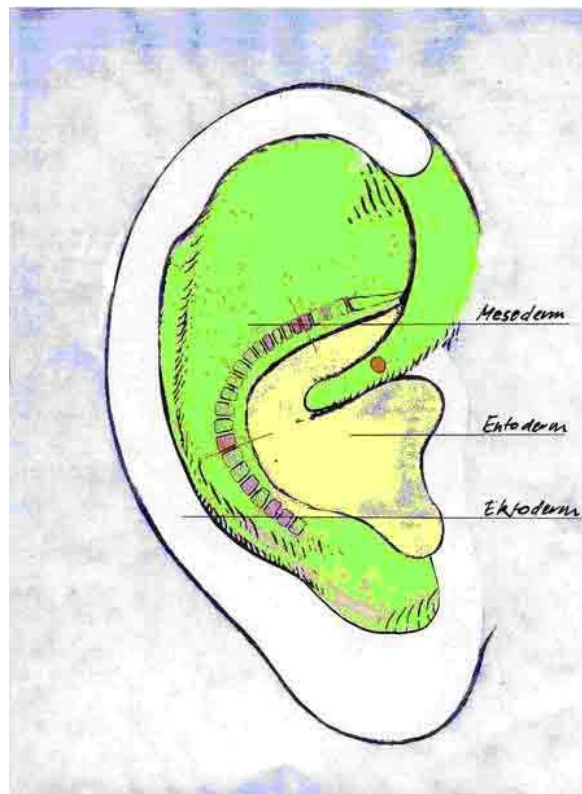


Abb. 33: Keimblattebenen, Innervation des Ohres, Noack 2006

Gefäßversorgung

Die Ohrmuschel wird im wesentlichen von 2 Gefäßen versorgt. Der A. temporalis superficialis, ein Ast der A. carotis externa, und der A. auricularis posterior. Die A. temporalis superficialis zweigt in eine variable Anzahl von Ästen auf, die sog. Aa. auricularis anteriores.

7.1.4 Mechanismen der Ohrakupunktur und visuelle Diagnostik

Die Auriculotherapie nach Nogier stellt eine Reflexzonentherapie dar. Aufgrund der erwähnten neurophysiologischen Zusammenhänge führen Störungen der Peripherie sowie innerer Organe zu einer Projektion auf die Ohrmuschel, welche als aktive oder auch virulente Punkte nachweisbar werden, aber auch durch pathologische Veränderungen der Ohrmuschel wie z.B. Rötungen, Erosionen, Schwellungen, Schuppungen, Hervortreten von arteriellen oder venösen Blutgefäßen, sichtbar werden können und somit auch im Rahmen der *visuellen Diagnostik* ihre Anwendung finden.

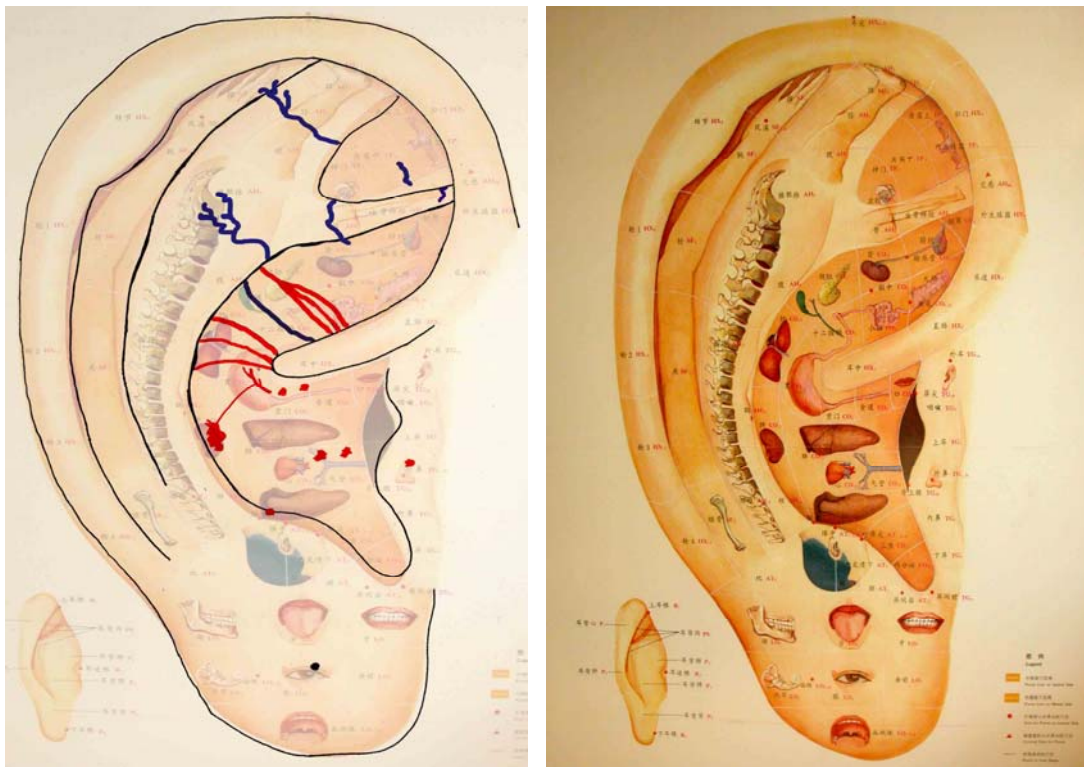


Abb. 34: Links visuelle Diagnostik bei Schmerzprojektionen LWS, Knie, Innerer Organe, Rechts die Ohrkarte der Akademie für Akupunktur und Moxibustion in Peking

Die Kerne der die Ohrmuschel innervierenden Nerven liegen im Hirnstamm und stehen u.a. über die Formatio reticularis mit anderen Schaltstellen des Gehirns in Verbindung.

Bei Manipulation eines Punktes auf der Ohrmuschel wird dieses Signal auf sehr kurzem Wege über die Formatio reticularis zum Gehirn und zum jeweiligen Erfolgsorgan weitergeleitet. Anders herum können auf diesem Wege Störungen innerer Organe an der Ohrmuschel sichtbar werden oder als aktive Punkte in den entsprechenden Korrespondenzonen aufgefunden werden.

7.1.5 Somatotopie der Ohrmuschel

Wesentlich ist die Projektion der Wirbelsäule auf das Ohr. Sie wird auf die Anthelix sowie auf die untere Anthelixwurzel projiziert. In der Fossa triangularis finden wir die unteren Extremitäten, während die oberen im Bereich der Scapha projiziert werden. Kopf und Nervensystem finden sich auf der Helix sowie am Lobulus. Durch systematische Untersuchungen entstanden komplexe Ohrkarten, wobei im großen und ganzen das Abbild eines Embryos in utero dargestellt werden kann.

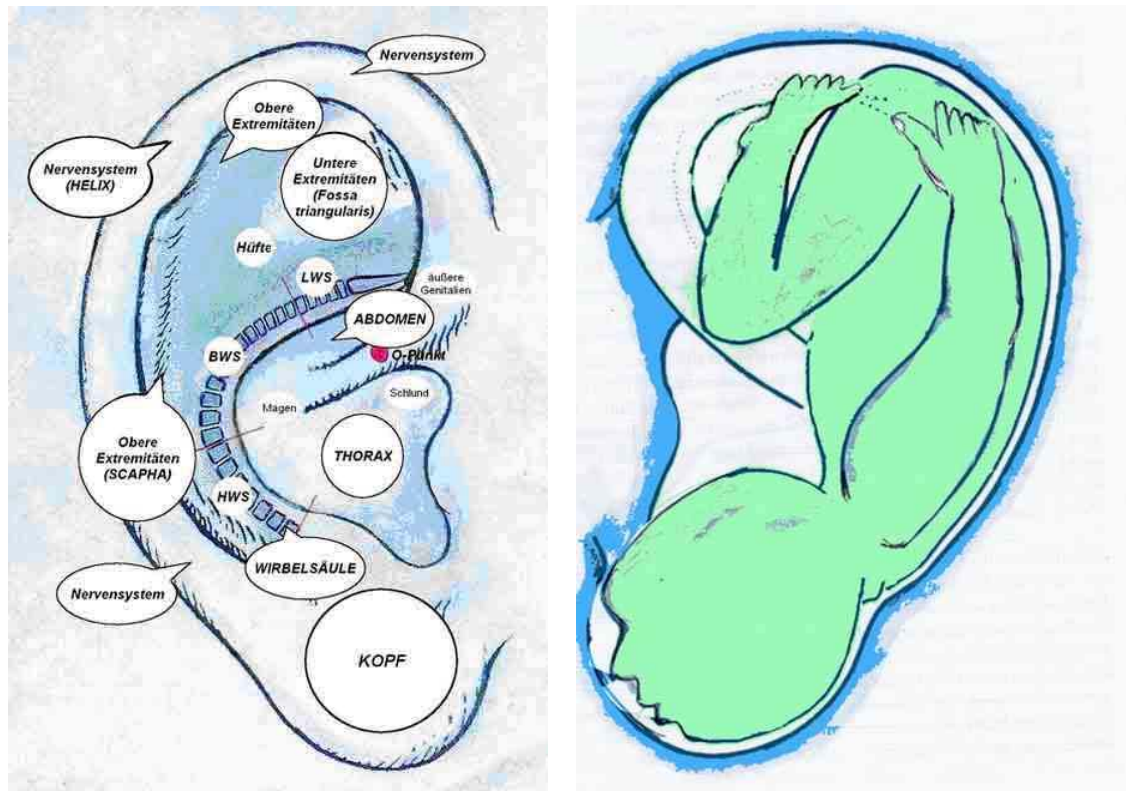


Abb. 35: Somatotopie der Ohrmuschel nach Michael Noack, 2006

Auswahl einiger therapierelevanter Punkte

Niere

Lage: Mitte der Hemiconcha sup.

Indikation: Erkrankungen des Urogenitalsystems, Migräne, Gelenkerkrankungen

Lunge

Lage: Hemiconcha inf.

Indikation: Erkrankungen des respiratorischen Systems, Hauterkrankungen

Herzpunkt

Lage: Kraniales Tragusende nahe Tragusrand

Indikation: Unterstützend bei Arrhythmien

Lendenschmerzpunkt

Lage: Schnittpunkt der beiden Anthelixwurzeln

Indikation: Schmerzen und Erkrankungen im LWS-Bereich

Shen men

Lage: Schnittpunkt der beiden Anthelixwurzeln in die Fossa triangularis hineinragend nahe dem Rand der oberen Anthelixwurzel

Indikation: Tachykardie, Unruhe, Schlaflosigkeit, Analgetische Wirkung. Der Punkt Shen men oder „Tor der Götter“ entspricht in der Wirkung dem Punkt He 7 der klassischen chin. Akupunktur

0-Punkt

Lage: Auf der Crus helix am Übergang in den aufsteigenden Ast in einer Knorpelfurche

Indikation: Regulation des Vegetativums, Spasmolyse, beeinflusst Funktion des Zwerchfells

Omega-Hauptpunkt (Omega 3)

Lage: Unterer dem Kopf zugewandter Teil des Lobulus

Indikation: Ängste, Aggressivität

Vegetativum I

Lage: Crus helix inf. unter der Helixkrempe

Indikation: Vegetative Störungen des Gastrointestinaltraktes und des Herz-Kreislaufsystems

7.1.6 Aktive Punkte und Punktauswahl

Da die Ohrakupunktur im Gegensatz zur Körperakupunktur eine Reflexzonentherapie darstellt, ist auch der grundlegende Ansatz anders definiert. So finden die Punkte am Ohr kein anatomisches Korrelat und sind nicht immer vorhanden, wie es bei der Körperakupunktur der Fall ist, bei der energetische Dysbalancen durch Akupunktur bestimmter Punkte ausgeglichen werden können. So lässt sich beim gesunden Menschen kein Ohrpunkt nachweisen. Erst eine Funktionsstörung eines Organs führt über den Reflexbogen in der entsprechenden Korrespondenzzone zu einem aktiven, bzw. virulenten Punkt, welcher zum einem druckschmerzhaft ist, aber auch eine höhere Sensibilität gegenüber Wärme- und/oder Kältereize aufweisen kann. Weiterhin zeigt sich diese Veränderung auch durch einen veränderten elektrischen Hautwiderstand und ist somit physikalisch messbar. Aufgrund dieser Tatsache, dass die anatomische Position eines pathologischen Punktes bei allen Menschen nahezu gleich ist, konnten durch systematische Forschung entsprechende Punktlokalisationen zu Ohrkarten zusammengetragen werden.

Es ist erforderlich anhand Anamnese, visueller und weiterer Punktlokalisationstechniken eine für den Patienten individuelle Punktauswahl zu treffen, da eine blinde Akupunktur mit ungefähren Lokalisationen anhand einer Ohrkarte wirkungslos ist.

Auffinden von virulenten Punkten

Ohrpunkte sind klein, der Durchmesser beträgt ca. 0,2 bis 0,3 mm, daher ist eine exakte Punktlokalisation sowie entsprechend genaue Akupunktur notwendig.

- **Inspektion**
 - Durch visuelle Diagnostik ist es möglich, erste Hinweise auf pathologische Zustände innerhalb der Reflexzonen zu finden, welche sich z.B. in Erythemen, Schuppungen oder Prominenz arterieller oder venöser Gefäße manifestieren können.
- **Mechanische Punktusche**
 - Mit Kenntnis der Anamnese wird das Ohr systematisch mit einer stumpfen Sonde, oder besser einem gefederten Drucktaster nach druckdolenten Punkten abgesucht
 - Eine spezielle Form stellt die von Gleditsch entwickelte *Very-Point-Technik* dar, bei der das Ohr systematisch mit einer Akupunkturnadel im stumpfen Winkel abgetastet wird. Auch hier wird nach besonders sensiblen Punkten gesucht, die auch durch spontane Mikroblutungen auffallen können und sofort nach dem Auffinden gestochen werden.
- **Elektrische Punktuche**
 - Mit Hilfe eines elektrischen Punktuchstiftes wird das Ohr systematisch nach Potentialdifferenzen abgesucht. Ein aktiver Punkt zeigt sich mit einem zur Umgebung veränderten Hautwiderstand.
- **Manuelle Punktuche mittels RAC**
 - Nogier entdeckte 1968, dass bei Hautreizungen am Ohr ein vom vegetativem Nervensystem gesteuerter kutivaskulärer Reflex erfolgt. Bei geringer Hautreizung verschiebt sich die Pulswelle der Art. radialis, welche am Proc. styloideus palpiert und entsprechend diagnostisch bewertet werden kann. Dieses Phänomen wird Reflex Auriculocardiaque (RAC) oder auch vaskuläres autonomes Signal (VAS) genannt und stellt eine Technik dar, bei der vom Untersucher ein hohes Maß an Erfahrung gefordert wird.

Der RAC sowie auch Störherde, das sind z.B. durch Entzündung oder Vernarbung veränderte Areale, welche keine optimale Reizleitung gewährleisten und somit die Therapie erschweren oder wirkungslos machen können, sind in der chinesischen Schule unbekannt.

Ohrsegmente und Ohrgeometrie

Nogier zeigte weiterhin, dass sich Krankheiten durch geometrische Abbildung von aktiven Punkten auf Linien an der Ohrmuschel abbilden können. Alle aktiven Punkte auf dieser Linie stehen mit dem Krankheitsprozess in Beziehung und können therapeutisch genutzt werden. Verlaufen diese Behandlungslinien durch den 0-Punkt und liegen ihre Endpunkte auf der Helixkrempe, sind diese besonders wirksam.

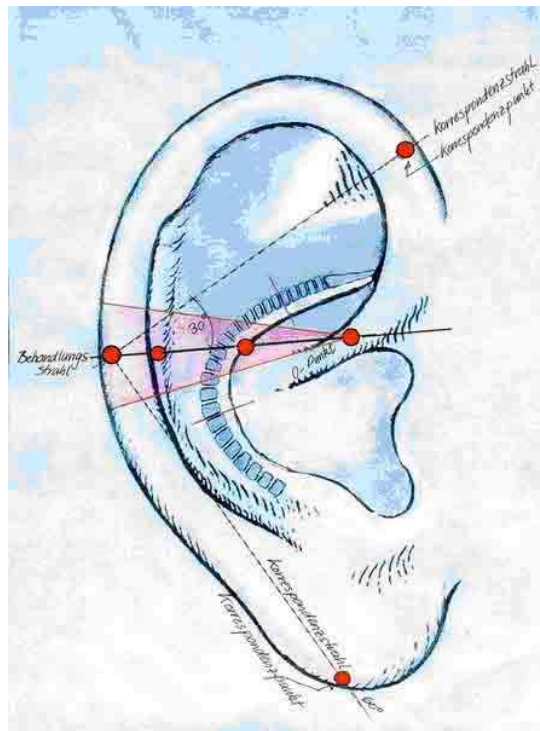


Abb. 37: Ohrgeometrie (Michael Noack, 2006)

Zusätzliche Bedeutung haben Ohrpunkte, die auf so genannten Korrespondenzstrahlen auf einer Linie liegen, welche sich in einem Winkel von 30° oder 60° zur Behandlungslinie abbildet. Daher liegt ein Behandlungsansatz darin, alle virulenten Punkte auf der für die Erkrankung relevanten Behandlungslinie (Segment) sowie entsprechende Korrespondenzpunkte zu finden und zu behandeln.

7.1.7 Instrumentarium und Nadeltechnik

In der Ohrakupunktur finden sowohl herkömmliche Akupunkturnadeln, sowie auch Dauernadeln, Verwendung. Eine weitere Möglichkeit der Punktstimulation liegt in der Applikation von Samenkörnern, welche mit einem Pflaster am Ohr fixiert werden.

Die Nadel sollte in einem Winkel von 90° zum Hautareal und exakt in den Punkt gesetzt werden. Wichtig dabei ist die Einhaltung der Stichtiefe von 1,5 mm bis 2 mm, um eine Verletzung oder gar das Durchstechen des Knorpels zu verhindern. Zu den seltenen Komplikationen zählen lokale Infektionen bis hin zur Perichondritis. Eine sorgfältige Desinfektion der Ohrmuschel und Verwendung steriler Nadeln sind unbedingt erforderlich.

7.2 ECIWO-Akupunktur

ECIWO = **E**mryo **C**ontaining **I**nformation of the **W**hole **O**rganism

Nach dem Begründer dieser Sonderform der Akupunktur, Professor Zhang Yingqin, können embryonale Zellkomplexe auch nach ihrer Differenzierung Informationen gestörter Funktionen des gesamten Organismus beinhalten. Diese Informationen werden zur Therapie herangezogen und über bestimmte Projektionsareale aktiviert.

Abgebildet werden die Projektionszonen auf dem Os metacarpale II

- Distales Ende d. Os metacarpale II - Oberer Körperbereich (Kopf/ Hals)
- Mittlerer Abschnitt d. Os metacarpale II - Körpermitte (innere Organe)
- Proximales Ende d. Os metacarpale II - unterer Körperbereich (Unterleib/ untere Extremität)

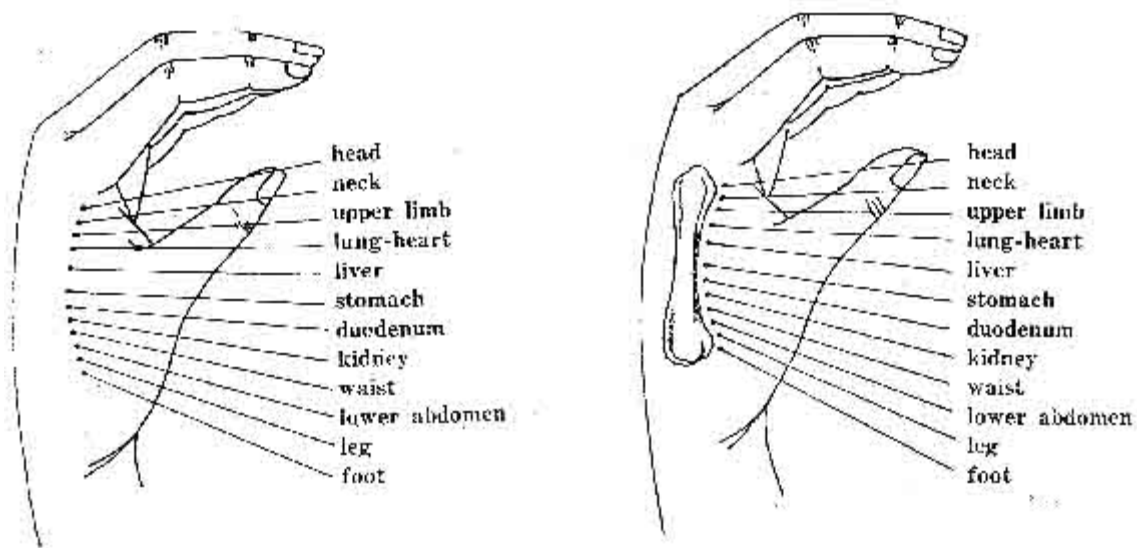


Abb. 38: Korrespondenzbereiche Metacarpale II

Innerhalb der dieser nicht klar von einander trennbaren Projektionszonen wird eine fünffache Untergliederung vorgenommen:

- Zone Kopf – Hals – HWS
- Zone Thorax – Rücken – Lunge – Herz
- Zone oberes Abdomen – Leber/ Gallenblase – Magen
- Zone mittleres Abdomen – Pankreas – obere Darmbereiche
- Zone untere Darmbereiche – Niere/ Blase – Becken – LWS

Anwendung findet diese Form der Akupunktur beispielsweise bei:

- Schmerzzuständen
- Chronischen Erkrankungen
- Degenerativen und neurologischen Erkrankungen
- Psychovegetativen Störungen
- Funktionellen Beschwerden

Das Auffinden der zu therapierenden Punkte erfolgt nach Drucksensibilität. Eine Therapieindikation besteht dann, wenn der Palpationsbefund und die Diagnose, nach TCM oder westlicher Medizin, einander entsprechen.

7.3 Neue Schädelakupunktur nach Yamamoto (YNSA)

Yamamotos Neue Schädel-Akupunktur kombiniert mehrere anatomische und funktionelle Somatotope von Bauch, Hals und Schädel. Die anatomischen Somatotope des Schädels werden in ein in ein frontales und okzipitales Areal unterschieden.

- **Frontales Areal:** im Bereich Stirn und der Stirn-Schläfenhaar-Grenze, jeweils beidseits der Medianlinie der Stirn
- **Okzipitales Areal:** im nahezu spiegelbildlichen Bereich hinter einer vertikalen Linie durch den höchsten Punkt der Ohrmuschel

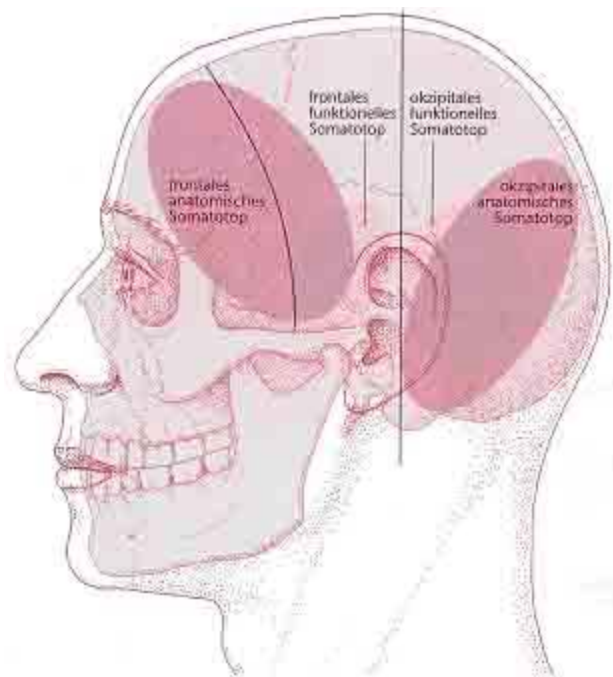


Abb. 39: Anatomische und funktionelle Somatotope (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

Diese Areale dienen lediglich der groben Orientierung, um die eigentlichen, druckschmerzhaften, Basispunkte/ -zonen lokalisieren zu können. So zum Beispiel:

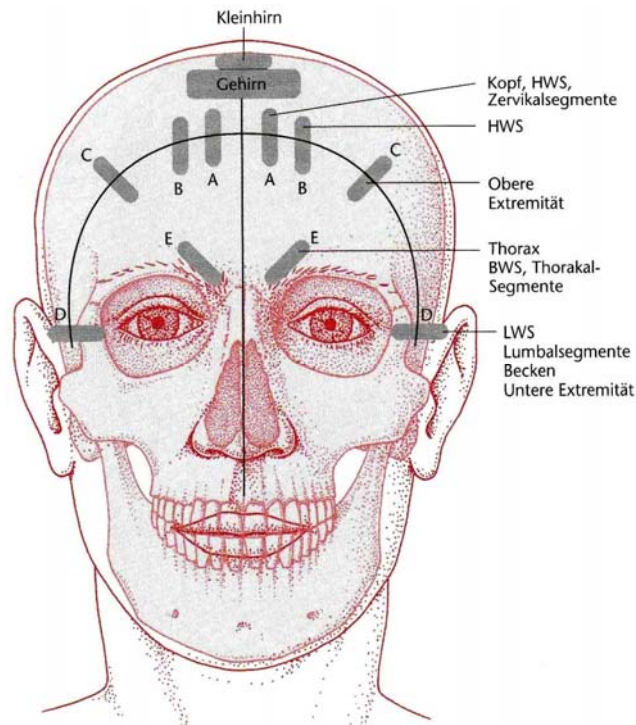


Abb. 40: Basiszonen (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

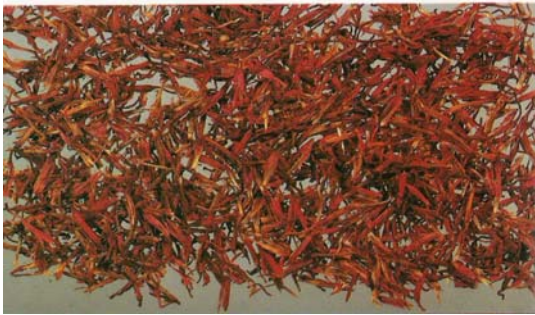
Zone	Lokalisation fontaler Basispunkte	Zielgebiet
• A-Zone	1-2 QF (Querfinger) parallel zur Stirnmitte	Kopf, HWS
• B-Zone	1-2 QF parallel zu Zone A	HWS
• C-Zone	schräg in den „Geheimratsecken“	obere Extremität, von kranial nach kaudal: Schulter, Ellenbogen, Unterarm, Hand, Finger
• D-Zone	horizontal in der Schläfenhaargrenze, 1 QF oberhalb des Jochbogens	LWS, Becken, untere Extremität
• E-Zone	schräg vom medialen Augenbrauenende zur Stirnmitte (von Bl 2 zu Gb 14)	von kranial nach kaudal – BWS (Th ₁₋₁₂)

Die vier funktionellen Somatotope befinden sich in der Nähe der anatomischen Areale, genauer gesagt in über deren kaudalen Anteilen.

- **Frontales Areal:** Beidseits der Schläfe über dem frontalen Bereich d. M.temporalis
- **Okzipitales Areal:** Spiegelbildlich hinter einer Vertikalen durch den höchsten Punkt der Ohrmuschel über dem dorsalen Bereich d. M. temporalis

8 Arzneimitteltherapie

Arzneikräuter stellen einen wichtigen Meilenstein in der chinesischen Medizin dar. Die Verwendung von Kräutern lässt sich 4000 Jahre zurück verfolgen. Es werden sowohl Pflanzen, Mineralien und tierische Stoffe zur Behandlung von Krankheiten verwendet, wobei 90% auf Pflanzen basieren. Arzneimittel werden besonders bei chronischen Krankheiten eingesetzt.



Hong Hua- Safran



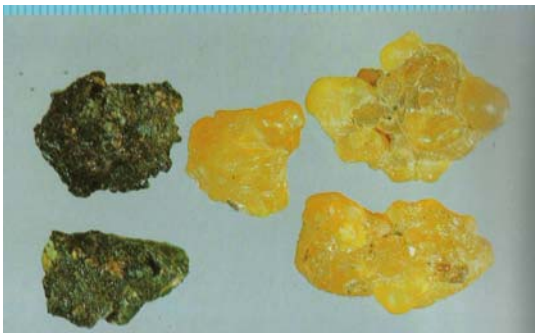
Da Zao- Chinesische Dattel



Ou Ji-Lotuswurzel



Mang Xiao-Salz



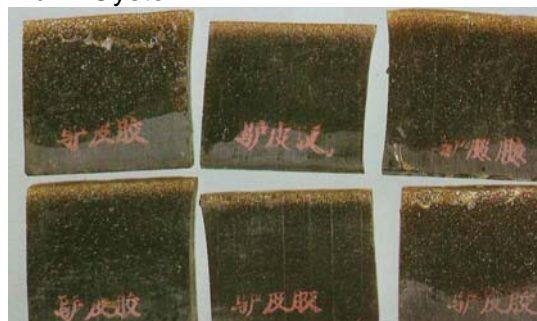
Ru Xiang-Weihrauch



Mu Li-Oyster



Gou Shen- Genitalien einer Robbe



E Jiao- Eselhaut

Abb. 41: Auswahl verschiedener Kräuter aus Kun-Ying Yen, 1997

8.1 Arzneimitteltherapie heute

- Integration der traditionellen chinesischen und westlichen Medizin
- Ausbildung in beide Richtungen
- In China werden Erkrankungen zu 80% mit Arzneimitteln und zu 20% mit Akupunktur behandelt, die Arzneimitteltherapie wird besonders bei chronischen Erkrankungen angewendet.

8.2 Vergleich Schulmedizinische und chinesische Pharmakotherapie

Westliche Pharmakotherapie:

- Separieren von Einzelsubstanzen
- Behandlung einer spezifischen Krankheit

Chinesische Pharmakotherapie:

- Ein Heilmittel zur Behandlung vieler Krankheiten (Ren Shen)
- Für den Patienten maßgeschneiderte Rezepturen

Zum Beispiel ist Ephedrin ein natürlich vorkommendes Alkaloid, das aus der Pflanze *Ephedra sinica*, aber auch aus anderen *Ephedra*-Arten gewonnen wird. In der Schulmedizin wird Ephedrin als synthetisch gewonnene Substanz oder in hochkonzentrierter natürlicher Form in der Behandlung von Asthma oder auch bei Hypotonie eingesetzt. Als Nebenwirkungen können Tachykardien und auch Nervosität auftreten.

In der Chinesischen Medizin findet nur die natürliche Form Anwendung, ist sanfter und langsamer in der Wirkung, mit weniger Nebenwirkungen.

8.3 Die acht therapeutischen Verfahren

Seit über 2000 Jahren ist die Verwendung von bestimmten Strategien oder Behandlungsmethoden ein wichtiger Teil in der Chinesischen Medizin, welche sich im Laufe der Zeit auch stark verändert und entwickelt haben. Die Einordnung der Behandlungsstrategien dienen als Grundlage für die Kategorisierung der Einzelkräuter und Kräuterrezepturen.

In der Zeit der Qing-Dynastie kategorisierte der Arzt Cheng Zhong-Ling die verschiedenen Strategien in ein vereinfachtes Schema, welches man heute auch unter dem Begriff der „Acht Methoden“ (Ba Fa) kennt. Die acht Methoden bilden die Grundlage der Arzneimittelstrategien und sind Bausteine für andere Behandlungsmethoden. Die acht therapeutischen Verfahren werden wie folgt zusammengefasst:

- Schwitzen induzieren (han fa)
- Erbrechen induzieren (tu fa)
- Nach unten abführen (xia fa)
- Harmonisieren (he fa)
- Hitze und Feuer klären/Beseitigen (qing fa)
- Tonisieren (bu fa)
- Wärmen (wen fa)
- Sedieren/Reduzieren (xiao fa)

1. Schwitzen induzieren

- Arzneimittel: z.B. Ju Hua-Chrysanthemi Floris
- Wirkung: Schweiß treibend
- Indikation: Wind-Kälte/Hitze



Abb. 42: Ju Hua-Chrysanthemi Floris aus Kun-Ying Yen,1997

2. Erbrechen induzieren

- Arzneimittel: z.B. Ban Xia-Rhizoma Pinelliae
- Wirkung: Transformiert Feuchtigkeit/Schleim
- Indikation: Schleim- oder Nahrungsblockaden im Magen



Abb. 43: Ban Xia-Rhizoma Pinelliae aus Kun-Ying Yen,1997

3. Nach unten abführen

- Arzneimittel: z.B. Da Huang- Rhabarber-Wurzel
- Wirkung: Hitze/Feuchtigkeit klärend, bewegt Stuhlgang
- Indikation: Obstipation, Fieber



Abb. 44: Da Huang- Rhabarber-Wurzel aus Kun-Ying Yen,1997

4. Harmonisieren

- Arzneimittel: z.B. Chai Hu-Bupleuri Radix
- Wirkung: Disharmonie des kleineren Yang
- Indikation: Schüttelfrost, Schmerzen unter den Rippenbögen, Reizbarkeit



Abb. 45: Chai Hu-Bupleuri Radix aus Kun-Ying Yen,1997

5. Hitze und Feuer klären

- Arzneimittel: z.B. Shi Gao-Gypsum fibrosum
- Wirkung: Hitze/ Feuer klärend
- Indikation: hohes Fieber, Reizbarkeit, intensives Durstgefühl, Schwitzen



Abb. 46: Shi Gao-Gypsum fibrosum aus Kun-Ying Yen,1997

6. Tonisieren

- Arzneimittel: z.B. Ren Shen-Ginseng Radix
- Wirkung: Qi und Yin tonisierend
- Indikation: Antriebslosigkeit, Magen-, Uterus- und Rektumprolaps



Abb. 47: Ren Shen-Ginseng Radix aus Kun-Ying Yen,1997

7. Wärmen

- Arzneimittel: z.B. Fu Zi-Aconiti Radix lateralis preparata
- Wirkung: Kälte im Inneren, Yang Mangel
- Indikation: Kalte Gliedmaßen, Durchfall, Wind/ Kälte/ Feuchtigkeit Bi



Abb. 48: Fu Zi-Aconiti Radix lateralis preparata aus Kun-Ying Yen,1997

8. Sedieren/Reduzieren

- Arzneimittel: z.B. Dang Gui-Angelicae sinensis Radix
- Wirkung: Blut tonisierend/ regulierend
- Indikation: Menstruationsbeschwerden, Schmerzen



Abb. 49: Dang Gui-Angelicae sinensis Radix aus Kun-Ying Yen,1997

8.4 Grundlagen zur Anwendung der Arzneimitteltherapie

8.4.1 Charakterisierung der Drogen

1. Wirkungsort
2. Geschmack
3. Temperaturverhalten

Wirkungsort:

- Funktionskreis
- Leitbahn

Geschmack:

- Süß
- Scharf
- Sauer
- Bitter
- Salzig

1. Süß

Arzneimittel: z.B. Ren Shen (Radix Ginseng)

Wirkung: Meist befeuchtend

Indikation: Stärkung des Qi besonders Magen/ Milz/ Lunge

Wirkungsort: Ma/Mi

2. Scharf

Arzneimittel: z.B. Ma Huang (Herba Epedrae)

Wirkung: Bewegend, dynamisierend, wärmend

Indikation: Qi Stagnation, Schleim, Nässe, Yang Mangel

Wirkungsort: Lunge

3. Sauer

Arzneimittel: z.B. Suan Zao Ren- Ziziphi spinosae Semen

Wirkung: Astringierend, Nieren und Leber Energie sammelnd

Indikation: Tonisiert die Herz-Energie, harmonisiert die Leber

Wirkungsort: Leber, Niere

4. Bitter

Arzneimittel: z.B. Huang Lian- Coptidis Rizoma

Wirkung: Qi bewegend, Stagnation lösend, Blut tonisierend

Indikation: Hitze-Nässe, Wind-Nässe

Wirkungsort: Herz, Darm

5. Salzig

Arzneimittel: z.B. Mang Xiao

Wirkung: wirkt auf unteren Bereich, laxierende Wirkung

Indikation: Nieren Energie, Jing Mangel, Herz-Feuer

Wirkungsort: Niere

Temperaturverhalten

- Heiß
- Warm
- Neutral
- Kühl
- Kalt

1. Heiß

Arzneimittel: z.B. Fu Zi (Radix Aconiti)

Indikation: Yang Mangel

Wirkungsort: Niere, Milz

2. Warm

Arzneimittel: z.B. Ma Huang (Herba Ephedrae)

Indikation: Kälte, Wind, Qi-Mangel, Qi Stagnation

Wirkungsort: Lunge, Milz, Magen

3. Neutral

Arzneimittel: z.B. Ren Shen (Radix Ginseng)

Indikation: Nässe, Qi Mangel

Wirkungsort: Milz, Leber

4. Kühl

Arzneimittel: z.B. Chai Hu (Radix Bupleuri)

Indikation: Wind-Hitze, Blut Mangel, Yin Mangel

Wirkungsort: Lunge, Herz, Leber, Niere

5. Kalt

Arzneimittel: z.B. Shi Gao (Gypsum fibrosum)

Indikation: Yin Mangel, Hitze-Nässe, Hitze

Wirkungsort: Magen, Lunge, Blase

8.4.2 Struktur einer Rezeptur

- Rezeptur = Therapeutische Einheit
- Keine Verordnung von Einzelkräutern
- Klassische Rezeptur als Grundlage
- Individuell angepasst

Grundstruktur einer Rezeptur

- **Kaiser-Arznei**
 - Hauptwirkung
 - Hauptbefund
- **Minister-Arznei**
 - Verstärkt Hauptarznei
 - deckt Nebenbefunde ab
- **Adjutanten-Arznei**
 - Hilft Hauptdroge
 - Nebenbefunde
 - Korrigiert unerwünschte Wirkung der Hauptarznei
- **Boten- Arznei**
 - Harmonisiert gesamte Rezeptur
 - Puffert leicht toxische Substanzen
 - Konzentriert Wirkrichtung auf bestimmten Funktionskreis/ Gewebe

Wichtig ist, die genaue Diagnose sowie das Ansprechen einer Rezeptur ständig zu überprüfen und diese ggf. bei Veränderung des energetischen Zustandes des Patienten durch Hinzufügen oder auch Weglassen von Kräutern zu modifizieren.

Folgendes Rezept als Beispiel:

Si Jun Zi Tang (auch „Vier Gentlemen Dekokt“ genannt)

Kaiser-Arznei	Ren Shen- (Radix Ginseng) <ul style="list-style-type: none">• warm, süß• starkes Milz Qi Tonikum• heute Verwendung von Dang Shen
Minister-Arznei	Bai Zhu (Rhizoma Atractylodis Macrocephalae) <ul style="list-style-type: none">• bitter, warm• stärkt Milz / trocknet Nässe
Adjutanten-Arznei	Fu Ling (Sclerotium Poriae Cocos) <ul style="list-style-type: none">• süß, neutral• lässt Nässe abfließen• hilft Kaiser Milz zu stärken• mäßigt Natur der in Honig gebackenen Zhi Gan Cao• verhindert abdominales Spannungsgefühl
Boten- Arznei	Zhi Gan Cao (Radix Glycyrrhizae Uralensis) <ul style="list-style-type: none">• wärmt• reguliert Mittleren Erwärmer• mäßigt die Eigenschaften von Fu Ling (Nässe abfließen)

Indikation:

- **Qi-Mangel**
 - **Symptome:**
 - Blasse Gesichtsfarbe
 - Zarte Stimme
 - Verminderter Appetit
 - Ungeformter Stuhl
 - Schwäche in den Gliedmaßen
 - Zungenkörper:blaß
 - Puls: dünn, zart

Nebenwirkungen bei zu langem Gebrauch:

- Trockener Mund
- Durst
- Reizbarkeit

8.4.3 Darreichungsformen

- **Zerkleinerte feste Pflanzenteile (Dekot)**
 - Häufigste Anwendungsform
 - Vorteile:
 - 1. individuelle Verordnung
 - 2. Modifikation einzelner Drogen möglich
 - Nachteile:
 - Zeitaufwendig
 - Schlechter Geschmack
- **Pulver**
- **Granulat**
- **Pillen (Wan)**
 - Vorteile:
 - Milde Wirkung
 - Langsames Anfluten
 - Unkomplizierte Einnahme
 - Nachteile:
 - Weniger stark wirksam
- **Salben/ Pasten**
- **Tinkturen**

Tierische Arzneien

- Schildkrötenpanzer (Ni/ Qi-Tonikum): Sehr unangenehm im Geschmack
- Heuschrecken/ Zikaden - bei Juckreiz, Urtikaria
- Kakerlaken - Zerstreuung von Tumoren
- Schlangenhaut - bei Hauterkrankungen (z.B. Psoriasis)
- Skorpione
- Hirschhorn

Fallbeispiel:

32-jährige Studentin, 500ml Blutverlust subpartu, 10. Tag postpartum, in Laktation

Symptome: Blass, müde
 Schwindel
 Zahnimpressionen, blasse Zunge
 Rückenschmerzen, Knieprobleme
 Einschlafprobleme (Grübeln)

Disharmoniemuster: Qi-Blut-Schwäche

Rezept I

Si Jun Zi Tang = 4-Qi-Tonikum (das! Qi-Tonikum)

- **Ren Shen (Ginseng) 6g**
warm, scharf, süß → **Lu/ Mi**
- **Bai Zhu 10g**
warm, süß, bitter, transformiert Feuchtigkeit (trocknend) → **Mi/ Ma**
- **Fu Ling 10g**
neutral, süß, He/ Shen beruhigend → **Mi/ Ma**
- **Gan Cao 10g** (evtl. durch Minze, frischen Ingwer ersetzen)
stabilisiert d. Meridiane, harmonisiert Kräuter untereinander → **Mi/ Lu/ Ma/ He**

Rezept II

Si Wu Tang = Bluttonikum

- **Shu Di** (in Weinessig eingelegt) **10g**
warm, süß, Bluttonikum → **Ni** (Ni-Qi)/ **Le** (Leberblut fließt zu Reproduktionsorganen)
[**Shen Di** (unpräpariert – nährt Blut nicht)]
- **Chuan xiong 5g**
warm, scharf, lindert Schmerz [bes. Kopfschmerz, Menstruationsschmerz (Leere)],
klärt Wind, belebt Blut, fördert Qi-Zirkulation → **Le, Pe, Gb**
- **Bai Shao 10g**
bitter, sauer, neutral/ kühl, reguliert Qi-Blut-Fluss, nährt Blut, stärkt Mi-Qi → **Mi/ Le**
Mi → Muskulatur
Le → Sehnen/ Bänder, auch für gestresste Menschen ohne Energie (fast jeder)
- **Dang Gui 5g**
warm, scharf, harmonisiert Blut → **Mi, Le, He**

Rezept I + II = **Ba Zhen Tang** (auch als Fertigrezeptur in Pillenform)

9 Ausgewählte Erkrankungen und ihre Therapie

9.1 Allergien

Grundsätzlich gilt, dass alle Therapien u. U. nützlich sein können, auch Anwendung von Cortisonpräparaten. Priorität in der Therapie hat, das Finden eines gemeinsamen Ziels und die Bereitschaft für den Therapieerfolg alles zu tun (Änderung der Lebensführung, Nahrungsmittelumstellung usw.).

Zu Grunde liegen eine Milz - Qi - Störung, die zu einer innerlichen Verschleimung führt und eine Lu - Qi - Störung. Milz und Magen sorgen bei guter Ernährung für ausreichend Energie (gutes Qi). Dabei ist die Milz für die Umwandlung, die Trennung und den Transport zuständig. Die Milz kontrolliert das Aufsteigen von Qi & Blut. Sie beherbergt Denken, d.h. ausreichend Qi sorgt für Entscheidungsfreude, hingegen führt Qi-Mangel zu Grübeln. Eine Milzproblematik öffnet sich im Mund, zum Bsp. lassen sich Zahnimpressionen oder rissige Lippen feststellen.

Ein Milz–Qi–Mangel hat eine beeinträchtigte Qi–Produktion (Erde erzeugt kein Metall) zur Folge. Es kommt zu einer mangelnden Transformation von Feuchtigkeit und daraus resultierten Schleimansammlungen mit der Milz als Quelle.

Sinnvoll ist es daher Schleim erzeugende Nahrungsmittel zu meiden. Weniger fette, rohe und kalte Nahrungsmittel sollten zu sich genommen werden und nach Möglichkeit ganz auf Kuhmilch-Produkte, die schlecht verstoffwechselt, werden verzichtet werden.

Da eine Wechselbeziehung zwischen der Milz und der Lunge besteht, hat gesunde Atemluft positive Auswirkungen auf das Lunge – Qi.

Die Lunge kontrolliert und verteilt das Atmungs - Qi

- Lu = kontrolliert & verteilt Qi
= herrscht über Atem
= Lu speichert Schleim, den Milz produziert

(Reduktion von Kuhmilchprodukten!)

Therapie: Wind und Hitze ausleiten

Ma 36, Ma 40 (Schleim aus Bindegewebe & Lunge eliminieren)

MP 6 (Schleim, Feuchtigkeit eliminieren)

Gb 20 (Gesichtsödeme entfernen, Wind ausleiten)

Di 11 (Hitze entfernen), Di 20 + Yangtan (Verschleim d. Nase entfernen)

Ohrakupunktur : Organpunkte

Funktionskreise → Thymus, Antiaggression

9.2 Asthma

Ursachen: In 50% d. Fälle erster Anfall durch Trennung/ Verlust eines Menschen

Psychische Faktoren: Ärger, Wut, Ohnmacht, Verzweiflung, Angst, Überempfindlichkeit, psychisch labil, Anlehnungsbedürftigkeit, ausgeprägte Gefühle v. Scham u. Schuld

Prognose: Bei Kindern in 50% d. F. - Ausheilung
Bei Erw. 20% d. F. Heilung und in 40% d. F. Besserung der Beschwerden

9.2.1 Windinvasion

9.2.1.1 Wind-Kälte im Außen Fülle-Zustand

Leitsymptome

- Blaß
- Schlapp
- Fröstelig
- Kein Schweiß

Zunge

- Zungenkörper: normal
- Zungenbelag: dünn, weiß

Puls

- Schwebend

Kräutertherapie

- Herba Ephedrae Dekokt
- Ma Huang Tang

Akupunkturtherapie

- Di 4
- Lu 6
- Lu 7
- BI 12

9.2.1.2 Wind-Hitze im Außen Fülle-Zustand

Leitsymptome

- Rotes Gesicht
- Durst
- Unruhe
- Schweiß

Zunge

- Zungenkörper: normal
- Zungenbelag: dünn, gelb

Puls

- Schwebend, beschleunigt

Kräutertherapie

- Ephedra
- Armeniaca
- Gypsum und Glycyrrhiza Dekokt
- Ma Xing Shi Gan Tang

Akupunkturtherapie

- Di 11
- Du 16
- Lu 11
- Du 14

9.2.2 Wind-Kälte Innen-Mangel

9.2.2.1 Wind-Kälte-Invasion im Außen, bei vorbestehendem Milz-Qi-Mangel mit Nässe

Leitsymptome

- Frösteln
- Kein Schweiß
- Husten
- Bronchiale Enge
- Reichliches, schwer abhustbares seröses Sputum
- Gliederschwere

Zunge

- Zungenkörper: normal
- Zungenbelag: dünn, Weiß

Puls

- Schwebend

Kräutertherapie

- Kleineres blaugrüner Drachen Dekokt
- Xiao Qing Long Tang

Akupunkturtherapie

- Di 4
- Lu 1
- Ren 17
- MP 9
- Ma 36

9.2.2.2 Wind-Kälte-Invasion Fülle im Außen leichter Milz- und Lungen-Qi-Mangel

Leitsymptome

- Akut-chronisch
- Infektanfälligkeit
- Neigung zu Chronizität
- Kopfschwere oder- druck Husten mit viel Schleim
- Meteorismus
- Übelkeit

Zunge

- Zungenkörper: normal
- Zungenbelag: dünn, weiß

Puls

- Kraftlos

Kräutertherapie

- Radix Ginseng und Folium Perillae Dekokt
- Shen Su Yin

Akupunkturtherapie

- Di 4
- Lu 9
- Ren 17
- BI 13
- BI 20

9.2.3 Schleim-Blockade

9.2.3.1 Schleim blockiert das Fließen und Absenken des Lungen-Qi

Leitsymptome

- Viel Schleim
- Druck/ Enge im Thorax
- Schmerz im Thorax beim Husten oder tiefer Inspiration
- Bitterer Mundgeschmack

Zunge

- Zungenbelag: klebrig, gelblich

Puls

- Drahtig, beschleunigt

Kräutertherapie

- Radix Bupleuri Dekokt, das in den Thorax sinkt
- Chai Hu Xian Xiong Tang

Akupunkturtherapie

- Ren 12
- Ren 17
- Ma 40
- Pe 6
- Lu 7

9.2.3.2 Schleim-Kälte blockiert Lungen-Qi-Fluß, Niere kann Qi nicht aufnehmen, Nieren-Yang-Mangel

Leitsymptome

- Fülle oben/ Leere unten
- Husten
- Giemen
- evt. Schwäche der LWS und Ödeme der unteren Extremitäten

Zunge

- Zungenbelag: klebrig, dick

Kräutertherapie

- Fructus Perillae Dekokt, dass das Qi nach unten leitet
- Su Zi Jiang Qi Tang

Akupunkturtherapie

- Pe 6
- Ren 17
- Ren 6
- Ni 7
- Lu 7

9.2.4 Lungen-Yin-Mangel

9.2.4.1 Magen-Lungen-Yin-Mangel

Leitsymptome

- Spastik
- zäher Schleim
- Globusgefühl
- kein Schweiß
- trockene Haut

Zunge

- Zungenbelag: vermindert
- Zungenkörper: rot, trocken

Puls

- leer, beschleunigt

Kräutertherapie

- Radix Ophiopogonis Dekokt
- Mai Men Dong Tang

Akupunkturtherapie

- Lu 5
- Ren 22
- Ren 6
- Ma 44

9.2.4.2 Lungen-Yin-Mangel

Leitsymptome

- trockene Schleimhäute
- Durst
- Nachtschweiß

Zunge

- trockene, rote Spiegelzunge, evt. rissig

Kräutertherapie

- Yin nährendes, Hitze vertreibendes Dekokt
- Jiin Koka To

Akupunkturtherapie

- Ren 17
- Ren 6
- Ni 6
- Lu 10

9.3 Augenerkrankungen

9.3.1 Glaukom

(Chin.: Grüner Wind von innen) = Chron. Le-Qi-Stagnation

a) Aufsteigendes Leber - Feuer

b) Wind - Hitze mit Schleimsymptomen

Leitsymptome

- Neigungen zu Übelkeit/ Erbrechen

Zunge

- Zungenkörper gerötet
- Zungenbelag gelblich

Puls

- schnell, drahtig

Akupunkturtherapie

- Bl 1 Bl 2
- Di 4 Di 11
- Gb 34
- Le 3 Le 14
- Ma 1 Ma 2

9.3.2 Tränende Augen

- „Wind befällt das Auge“ (Wind eliminieren!)

Leber – Nieren – Yin – Mangel

Leitsymptome

- Schwindel

Zunge

- Zungenkörper: rot, trocken, rissig

Puls:

- dünn, schnell

Akupunkturtherapie (Le & Ni stärken)

- BI1 BI2 BI18 BI23
- MP6 (stärkt Le & Ni)
- Ma1 (reguliert Blut – Qi – Fluss)
- Gb1 Gb14 Gb20
- Di4 Di11 (Wind eliminieren)

9.3.3 Maculadegeneration

- „Leberproblematik öffnet sich in den Augen“
- evtl. auch Nierenschwäche vorhanden

9.3.3.1 Trockene Form (80% d. F.)

- schwer durch Akupunktur zu therapieren

9.3.3.2 Feuchte Form (20% d. F.)

- Leichter durch AP zu behandeln
- Zusätzlich Lasertherapie bzw. Photodynamischer Therapie

Akupunkturtherapie

- Le2 Le3
- Gb2 Gb14 Gb20 Gb34 Gb43
- 3E5 3E17 3E21
- Ma1 Ma36
- MP6 MP9
- BI1 BI2 BI18 BI23
- Di4 Di11

9.4 Tinnitus

Zunächst Erhebung der Anamnese (Frage nach Lärmexposition, emotionalem Stress, Hitze erzeugenden Lebensmitteln)

Dekompensierte Patienten brauchen Angst lösende Therapie (Ni3)

9.4.1 Nieren-Yang-Mangel

9.4.1.1 Nieren-Schwäche mit überwiegendem Yang-Mangel

Leitsymptome

- ältere Patienten oft mit Nieren-Schwäche und Kälte-Zeichen
- kalte Extremitäten
- Schwäche der LWS
- häufige Miktion

Zunge

- Zungenkörper: eher blaß
- Zungenbelag: dünn

Puls

- Leer, tief

Kräutertherapie

- Nieren-Qi-Pille aus Golden Cabinet
- Jin Gui Shen Qi Wan

Akupunkturtherapie

- Ni 3
- Le 3
- 3E 17
- 3E 21

9.4.2 Schleim-Blockade

9.4.2.1 Nässe und Schleim, Milz-Qi-Mangel

Leitsymptome

- Pappiger Mundgeschmack
- Druck-, Völle und Spannungsgefühl im Epigastrium und Thorax

Zunge

- Zungenbelag: weiß, schleimig
- Zungenkörper: gedunsen

Puls

- Schlüpfrig, drahtig

Kräutertherapie

- Zweifach behandeltes Dekokt
- Er Chen Tang

Akupunkturtherapie

- Ren 12
- Ma 40
- 3E 17
- 3E 21

9.4.2.2 Schleim blockiert das Aufsteigen des Yang-Qi zum Kopf

Leitsymptome

- Schwindel
- Übelkeit
- Kurzatmig
- Viel Sputum
- Benebeltes dumpfes Schweregefühl im Kopf

Zunge

- Zungenbelag: weiß, klebrig
- Zungenkörper: gedunsen

Puls

- Schlüpfrig

Kräutertherapie

- Pinellia
- Atractylodis macrocephalae und Gastrodia Dekokt
- Ban Xia Bai Zhu Tian Ma Tang

Akupunkturtherapie

- Le 3
- Du 20
- Ren 12
- 3E 17
- 3E 21

9.4.3 Schleim-Hitze

Nässe und Schleim, leichte Hitze

Leitsymptome

- Ängste
- Schwindelgefühl
- Palpitation

Zunge

- Zungenbelag: gelb, klebrig

Puls

- beschleunigt, drahtig oder schlüpfrig

Kräutertherapie

- Dekokt, das die Gallenblase wärmt
- Wen Dan Tang

Akupunkturtherapie

- MP 5
- Ren 12
- 3E 17
- 3E 21

9.4.4 Aufsteigendes Leber-Yang

9.4.4.1 Hitze-Fülle und Gallenblase, Hitze-Nässe im Unteren Erwärmer

Leitsymptome

- Schmerz an den Rippenbögen
- Kopfschmerz
- Gerötete Augen
- Bitterer Mundgeschmack
- Reizbar

Zunge

- Zungenkörper: rot
- Zungenbelag: gelb

Puls

- Voll, drahtig, beschleunigt

Kräutertherapie

- Radix Gentianae Dekokt, das die Leber entlastet
- Long Dan Xie Gan Tang

Akupunkturtherapie

- Le 2
- Gb 41
- Gb 2
- Ren 12
- 3E 17

9.4.4.2 Aufsteigendes Leber-Yang bedingt Hitze im Herzen (Shen), Nieren-Leber-Schwäche

Leitsymptome

- reizbar
- cholerisch
- Hypertonus
- Unruhe
- rotes Gesicht
- gerötete Augen

Zunge

- Zungenkörper: rote Ränder oder rot
- Zungenbelag: normal

Puls

- drahtig, beschleunigt

Kräutertherapie

- Rhizoma Gastrodiae und Ramulus Uncariae Dekokt
- Tian Ma Gou Teng Yin

Akupunkturpunkte

- Le 2
- MP 6
- 3E 17
- 3E 21

9.4.5 Leber-Blut-Mangel

9.4.5.1 leichter Leber-Blut-Mangel, Leber-Qi-Stagnation, Milz-Qi-Mangel

Leitsymptome

- Psychische Symptome
- Unruhe
- Frustriert
- Leichte aufsteigende Hitze
- Abdominalbeschwerden

Zunge

- Zungenkörper: relativ normal, rote Ränder, leicht gedunsen
- Zungenbelag: dünn

Puls

- Drahtig

Kräutertherapie

- Erweitertes Umherstreifen Pulver
- Jia Wie Xiao Yao San

Akupunkturtherapie

- Le 3
- MP 6
- 3E 17
- Gb 2

9.4.5.2 Leber-Blut-Mangel, Leber-Qi-Stagnation und leichte Blut-Stase, Nässe

Leitsymptome (ältere, erschöpfte Patienten)

- Bauchkrämpfe
- Schwellungsneigung der Beine

Zunge

- Zungenkörper: blaß, rote Ränder
- Zungenbelag: dünn

Puls

- Leer, tief

Kräutertherapie

- Radix Angelicae sinensis und Radix Paeoniae Pulver
- Dang Gui Shao Yao San

Akupunkturtherapie

- Le 8
- MP 10
- 3E 17
- Gb 2

9.4.6 Nieren-Yin-Mangel

Nieren-Yin-Mangel mit Leere-Hitze

Leitsymptome

- Ältere Patienten mit Leere-Hitze und aufsteigender Hitze
- Unruhe
- Schlaflos

Zunge

- Zungenkörper: rot
- Zungenbelag: verringert

Puls

- Leer, tief, beschleunigt

Kräutertherapie

- Rehmannia Pille der sechs Geschmacksrichtungen
- Liu Wie Di Huang Wan

Akupunkturtherapie

- Ni 6
- Le 3
- 3E 17
- 3E 21

9.5 Kopfschmerzen

9.5.1 Hitze der Leber

9.5.1.1 Hitze-Fülle in Leber und Gallenblase, Hitze-Nässe im Unteren Erwärmer

Leitsymptome

- Schmerz an den Rippenbögen
- Kopfschmerz
- Gerötete Augen
- Bitterer Mundgeschmack
- Reizbar

Zunge

- Zungenkörper: rot
- Zungenbelag: gelb

Puls

- Voll, drahtig, beschleunigt

Kräutertherapie

- Radix Gentianae Dekokt, das die Leber entlastet
- Long Dan Xie Gan

Akupunkturtherapie

- Le 2
- Gb 41
- Gb 14
- Gb 20

9.5.1.2 Aufsteigendes Leber-Yang

Leitsymptome

- reizbar
- cholerisch
- Hypertonus
- Unruhe
- rotes Gesicht
- gerötete Augen

Zunge

- Zungenkörper: rote Ränder oder rot
- Zungenbelag: normal

Puls

- drahtig, beschleunigt

Kräutertherapie

- Rhizomas Gastrodiae und Ramulus Uncariae Dekokt
- Tian Ma Gou Teng Yin

Akupunkturtherapie

- Le 2
- Gb 40
- Ren 6
- Gb 20
- Ni 6

9.5.2 Leber-Qi-Stagnation

Leber-Qi-Stagnation, leichter Blutmangel

Leitsymptome

- Unausgeglichen
- Abdominalbeschwerden
- Menstruationsbeschwerden
- Frustriert
- Reizbar

Zunge

- Zungenkörper: relativ normal, evtl. rote Ränder, leicht gedunsen
- Zungenbelag: dünn

Puls

- drahtig

Kräutertherapie

- Erweitertes Umherstreifen Pulver
- Jia Wei Xiao Yao San

Akupunkturtherapie

- Le 3
- Gb 41
- Ren 12
- Gb 20
- Di 4

9.5.3 Blut-Stase

Blut-Stase im kleinen Becken, Blutandrang zum Kopf (Hara)

Leitsymptome

- Kräftiger Typus
- Gesicht eher rot
- Zeichen der Blutstase mit Druckschmerzhaftigkeit im kleinen Becken
- Besonders linksinguinal

Kräutertherapie

- Ramulus Cinnamomi und Poria Pille
- Gui Zhi Fu Ling Wan

Akupunkturtherapie

- MP 10
- Le 3
- Gb 8
- Le 1

9.5.4 Schleim

9.5.4.1 Schleim-Wind blockiert das Aufsteigen des Yang-Qi zum Kopf

Leitsymptome

- Schwindel
- Übelkeit
- Kurzatmig
- Reichlich Sputum
- Benebeltes dumpfes Schweregefühl im Kopf

Zunge

- Zungenbelag: weiß, klebrig

Puls

- Drahtig, schlüpfrig

Kräutertherapie

- Pinellia, Atractylodis macrocephalae und Gastrodiae Dekokt
- Ban Xia Bai Zhu Tian
- Ma Tang

Akupunkturtherapie

- MP 5
- Ma 40
- Ren 12
- Gb 8

9.5.4.2 Nässe und Schleim, Milz-Qi-Mangel

Leitsymptome

- pappiger Mundgeschmack
- Druck-, Völle- und Spannungsgefühl im Epigastrium und Thorax

Zunge

- Zungenbelag: weiß, schleimig
- Zungenkörper: gedunsen

Puls

- Schlüpfrig

Kräutertherapie

- Zweifach behandeltes Dekokt
- Er Chen Tang

Akupunkturtherapie

- MP 9
- Ma 40
- DI 4

9.5.5 Nässe Ansammlung

9.5.5.1 Nässe

Leitsymptome

- Durst
- Oligurie
- Ödeme
- Übelkeit, Erbrechen
- Diarrhö
- Dumpfe Kopfschmerzen mit Schweregefühl im Kopf
- Schwindel

Zunge

- Zungenkörper: blaß, gedunsen
- Zungenbelag: weiß

Puls

- Dünn, langsam

Kräutertherapie

- Fünf Bestandteile Pulver mit Poria
- Wu Ling San

Akupunkturtherapie

- MP 9
- Ma 40
- Ren 12
- Gb 8

9.5.5.2 Blut-Mangel und Nässe-Kälte

Leitsymptome

- Schwäche
- Zarte Konstitution
- Inneres Frieren
- Kalte Extremitäten

Zunge

- Zungenkörper: blaß

Kräutertherapie

- Radix Angelicae sinensis und Radix Paeoniae Pulver
- Dang Gui Shao Yao San

Akupunkturtherapie

- Ni 7
- Le 8
- Ren 6
- Bl 17

9.6 HWS-Syndrome

9.6.1 Akut-Subakut Wind-Nässe in den Leitbahnen (Großes Yang)

9.6.1.1 Wind-Nässe-Hitze

Leitsymptome

- Hitzegefühl
- Gelenke heiß
- Epikondylitis
- Periarthritis humero-skapularis
- Kein Durst

Zunge

- Zungenkörper: rot

Kräutertherapie

- Semen Coicis Dekokt
- Yi Yi Ren Tang

Akupunkturtherapie

- Di 4
- Du 14
- Di 11
- Ma 38

9.6.1.2 Akute Wind-Kälte Invasion

Leitsymptome

- Kein Schweiß
- Frösteln
- Steifer Nacken
- Obere Rückenpartie schmerzhaft

Zunge

- Zungenbelag: weiß

Puls

- Schwebend

Kräutertherapie

- Radix Puerariae Dekokt
- Ge Gen Tang

Akupunkturtherapie

- 3E 5
- BI 10
- Dü 3
- BI 60

9.6.1.3 Akute Wind-Kälte-Nässe Invasion

Leitsymptome

- Frösteln
- Kopfschwere und Schmerz
- Wind-Nässe in den Leitbahnen führt zu Schwere und Schmerz

Zunge

- Zungenkörper: unverändert

Puls

- Schwebend, schlüpfzig

Kräutertherapie

- Rhizoma Notopterygii Dekokt das Nässe überwindet
- Qiang Huo Sheng Shi Tang

Akupunkturtherapie

- MP 9
- Lu 7
- Gb 8
- Ma 40

9.6.2 Chronisch (Qi-Ebene)

9.6.2.1 Wind-Kälte-Nässe mit lokaler Hitzeentwicklung

Leitsymptome

- Gelenke geschwollen und warm
- Schlechter nachts
- Kopfschmerz
- Schwindel

Zunge

- Zungenbelag: weiß-klebrig

Puls

- Drahtig, schlüpfzig

Kräutertherapie

- Ramulus Cinnamomi
- Paeonia und Anemarrhena
- Gui Zhi Shao Yao Zhi Mu Tang

Akupunkturtherapie

- 3E 1
- Gb 41
- Lu 7

9.6.2.2 Wind-Kälte-Nässe bei Qi-Mangel

Leitsymptome

- kräftige Konstitution
- Wind
- Nässe und Kälte verschlechtern
- Keine Hitze-Zeichen
- Neuralgien
- Plexus-brachialis-Syndrom

Zunge

- Zungenkörper: blaß

Kräutertherapie

- Dekokt mit beiden Atractylodis

Akupunkturtherapie

- 3E 5
- MP 9
- BI 12
- Ren 6

9.6.3 Chronisch Blut-Stase/ Blut-Mangel (Blut-Ebene)

9.6.3.1 Kälte und Nässe haben zu Blut-Stase und Blut-Mangel geführt

Leitsymptome

- Kalte Extremitäten
- HWS und LWS mit Nervenwurzelkompression
- Neuralgien
- Arthralgien

Zunge

- Zungenkörper: blaß, livide, gedunsen

Hara

- Druckschmerz im Unterbauch (oketsu)

Kräutertherapie

- Dekokt, das die Meridiane entspannt und das Blut belebt
- Shu Jing Huo Xue Tang

Akupunkturtherapie

- Dü 3
- Du 14
- BI 11
- Mp 10

9.6.3.2 Blut-Stase

Leitsymptome

- Kräftiger Typus
- Rotes Gesicht
- Aufsteigende Hitze
- Kalte Füße
- Kopfschmerzen
- Dysmerorrhö
- Neigung zu Myomen

Zunge

- Zungenkörper: leicht livide

Hara

- Druckschmerz im Unterleib (oketsu)

Kräutertherapie

- Ramulus Cinnamomi und Poria Pille
- Gui Zhi Fu Ling Wan

Akupunkturtherapie

- 3E 5
- Du 14
- Gb 34
- Gb 40

9.6.3.3 Leber-Qi-Stagnation, leichter Blut-Mangel

Leitsymptome

- Hitze oben/Kälte unten,
- Emotional unausgeglichen
- Reizbar
- Frustriert
- Evtl. aufsteigendes Hitzegefühl
- Geschwächter Typus

Zunge

- Zungenkörper: relativ normal evtl. rötliche Ränder

Puls

- Drahtig

Hara

- Druckschmerz im Unterbauch

Kräutertherapie

- Erweitertes Umherstreifen Pulver
- Jia Wie Xiao Yao San

Akupunkturtherapie

- BI 62
- BI 11
- Le3
- Di 4

9.7 LWS-Syndrome

9.7.1 Akute Blockierung in Leitbahnen und Kollateralen: Akute-subakute Rückenschmerzen

8.7.1.1 Hitze oben, Kälte unten

Leitsymptome

- Lumbalgie
- Ischialgie
- Nackenbeschwerden
- Menstruationsbeschwerden
- Aufsteigende Hitze
- Kopfschmerzen

Zunge

- Zungenbelag: unverändert
- Zungenkörper: unverändert (Indiz für Störung im Außen, nur Leitbahnen betroffen)

Puls

- Schwebend

Kräutertherapie

- Fünf Anhäufungen Pulver Wu Ji San

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.7.1.2 Wind-Nässe

Leitsymptome

- Frösteln
- Kopfschwere und Schmerz
- Wind-Nässe in den Leitbahnen führt zu Schwere und Schmerz

Zunge

- Zungenbelag/Zungenkörper: unverändert (Indiz für Störungen im Außen, nur Leitbahnen betroffen)

Puls

- Schwebend

Kräutertherapie

- Rhizoma Notopterygii Dekokt, das Nässe überwindet
- Qiang Huo Sheng Shi Tang

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.7.2 Bi-Syndrom: Nässe-Wind, Kälte

9.7.2.1 Bi-Syndrom besonders Nässe

Leitsymptome

- LWS-Region ödematös
- Aufgequollen
- Neigung zu Adipositas
- Blässe
- Kälte verschlechtert

Zunge

- Zungenkörper: blaß gedunsen

Kräutertherapie

- Dekokt der beiden Atractylodis (modifiziert)

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.7.2.2 Bi-Syndrom besonders Wind-Nässe

Leitsymptome

- Beschwerden der LWS und Knie
- Parästhesien mit Schwellung und Muskelatrophie der unteren Extremitäten

Zunge

- Zungenkörper: blaß gedunsen

Kräutertherapie

- Großes Ledebouriella Dekokt
- Da Fang Feng Tang

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.7.2.3 Bi-Syndrom besonders Wind-Nässe

Leitsymptome

- Beschwerden der LWS und Knie
- Parästhesien mit Schwellung und Muskelatrophie der unteren Extremitäten

Zunge

- Zungenkörper: blaß gedunsen

Kräutertherapie

- Großes Ledebouriella Dekokt
- Da Fang Feng Tang

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.7.3 Kälte, Nässe, Blut-Stase

Kälte und Nässe haben zu Blut-Stase und Blut-Mangel geführt, Fülle und Schwäche-Zeichen

Leitsymptome

- Kalte Extremitäten
- HWS und LWS mit Nervenwurzelkompression
- Neuralgien
- Arthralgien
- Ischialgie

Zunge

- Zungenkörper: blaß, livide, gedunsen

Kräutertherapie

- Dekokt, das die Meridiane entspannt und das Blut belebt
- Shu Jing Huo Xur Tang

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.7.4 Qi-Stagnation und Blut-Stase

Betonte Qi-Stagnation und Blut-Stase

Leitsymptome

- HWS
- LWS
- Gelenkbeschwerden
- Postoperative und posttraumatische Beschwerden

Zunge

- Zungenkörper: livide, leicht gedunsen

Kräutertherapie

- Dekokt, das Blut-Stasen aus einem schmerzenden Körper treibt
- Shen Tong Zhu Yu Tang

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.7.5 Nieren-Schwäche (eher höheres Lebensalter)

9.7.5.1 Kälte-Bi, Nieren-und Leber-Schwäche

Leitsymptome

- LWS-Syndrom
- Taubheitsgefühle
- Parästhesien
- Schwäche und Steifigkeit der LWS und unteren Extremitäten

Zunge

- Zungenkörper: blaß, gedunsen

Puls

- Dünn, schwach, langsam

Kräutertherapie

- Radix Angelicae pubescentis und Loranthii Dekokt
- Du Huo Ji Sheng Tang

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.7.5.2 Nieren-Yang-Mangel, Kälte im Innen

Leitsymptome (bei ältere, erschöpfte Patienten)

- Kalte Extremitäten
- Infektanfälligkeit
- Kältegefühl im ganzen Körper
- Lumbalgien

Zunge

- Zungenkörper: blaß, gedunsen
- Zungenbelag: weiß

Puls

- Tief, langsam

Kräutertherapie

- Rehmannia Pille mit Plantago und Achyranthis
- Ji Sheng Shen Qi Wan

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.7.5.3 Nieren-Yin-Leere, mangelnde Nahrung von Essenz und Mark, Leere-Hitze

Leitsymptome

- Hitzegefühl
- Trockener Mund und Kehle
- Unruhe
- Nachtschweiß
- Durst
- Schwäche der LWS-, Hüft-, Knieregion

Zunge

- Zungenkörper: rot, trocken
- Zungenbelag: vermindert

Puls

- Dünn, tief, beschleunigt

Kräutertherapie

- Rehmanniae Pille der sechs Geschmacksrichtungen (modifiziert)
- Liu We Di Huang Wan

Akupunkturtherapie

- Siehe Vorlesung

9.8 Rheuma

9.8.1 Hitze

9.8.1.1 Hitze-Bi, Wind-Nässe-Hitze

Leitsymptome

- Durst
- Gelenke heiß
- Kälte besser
- Fieber

Zunge

- Zungenkörper: rot oder rote Stippchen

Puls

- Beschleunigt

Kräutertherapie

- Weißer Tiger Dekokt mit Ramulus Cinnamomi
- Bai Hu Jia Gui Zhi Tang

Akupunkturtherapie

- Di 11
- Du 14
- Ma 44

9.8.1.2 Hitze-Bi leichter Blut-Mangel; akut im Übergang zu chronisch

Leitsymptome

- Hitzegefühl
- Gelenke heiß, besonders Hände und Füße
- Kein Durst

Zunge

- Zungenkörper: rot oder rote Stippchen

Puls

- beschleunigt

Kräutertherapie

- Semen Coicis Dekokt
- Yi Yi Ren Tang

Akupunkturtherapie

- Di 4
- 3E 5
- BI 17

9.8.2 Hitze oben Kälte unten

9.8.2.2 Hitze in den Gelenken ohne systemische Hitze-Zeichen

Leitsymptome (besonders untere Extremitäten betroffen)

- Gelenke geschwollen, warm und oft deformiert, besonders nachts
- Kopfschmerzen
- Schwindel

Zunge

- Zungenbelag: weiß-gelblich, klebrig

Puls

- Drahtig, schlüpfrig

Kräutertherapie

- Ramulus Cinnamomi
- Paeonia und Anemarrhena Dekokt
- Gui Zhi Shao Yao Zhi Mu

Akupunkturtherapie

- Di 11
- MP 9
- BI 11
- BI 23

9.8.2.3 Wind-Kälte Invasion bei vorbestehender Kälte im Innen; Qi-und Blut-Stau durch Kälte

Leitsymptome

- Fieber und Frösteln ohne Schweiß
- Übelkeit
- Nackensteife
- Lumbalgie
- Ischialgie
- Menstruationsbeschwerden
- Aufsteigende Hitze

Zunge

- Zungenbelag: weiß-gelblich, klebrig

Puls

- Drahtig, schlüpfzig

Kräutertherapie

- Fünf Anhäufungen Pulver Wu Ji San

Akupunkturtherapie

- BI 11
- BI 23
- MP 10

9.8.3 Kälte

9.8.3.1 Kälte-Bi pathogene Faktoren in den Leitbahnen

Leitsymptome

- Kalte Extremitäten
- Leichtes Fieber
- Nachtschweiß
- Geschwächter Typus

Zunge

- Zungenkörper: blaß, Zahneindrücke
- Zungenbelag: weißlich, evtl.dick

Puls

- Schlüpfzig, evtl. drahtig

Kräutertherapie

- Ramulus Cinnamomi und Radix Aconiti Dekokt
- Gui Zhi Fu Zi Tang

Akupunkturtherapie

- Ni 3
- BI 17
- Di 4
- lokal

9.8.3.2 Kälte-Bi; Nässe, Wind, Kälte

Leitsymptome

- Schmerzen wandernd
- Schweregefühl
- Gelenksteife
- Nackensteife
- Schulter
- BWS
- Taubheit der Extremitäten

Zunge

- Zungenkörper: blaß, Zahneindrücke
- Zungenbelag: weißlich, evtl. dick

Puls

- schlüpfrig, ectl. drahtig

Kräutertherapie

- Dekokt, das schmerzhaft Blockaden beseitigt aus Selected Formulas
- Juan Bi Tang

Akupunkturtherapie

- Ma 40
- Gb 20
- BI 12

9.8.3.3 Kälte und Nässe haben zu Blut-Stase in den Leitbahnen geführt; Blut-Mangel

Leitsymptome

- kalte Extremitäten
- HWS und LWS mit Nervenwurzelkompression
- Neuralgien
- Arthralgien

Zunge

- Zungenkörper: blaß, Zahneindrücke
- Zungenbelag: weißlich, evtl. dick

Puls

- Schlüpfrig, evtl. drahtig

Kräutertherapie

- Dekokt, das die Meridiane entspannt und das Blut belebt
- Shu Jing Huo Xue Tang

Akupunkturtherapie

- Dü 3
- Du 14
- Di 4
- Le 3
- BI 60

9.8.3.4 Kälte-Bi

Leitsymptome

- Große Bandbreite, besonders untere Extremitäten, Knie

Zunge

- Zungenkörper: blaß, Zahneindrücke
- Zungenbelag: weißlich, evtl. dick

Puls

- Schlüpfrig, evtl. drahtig
- Leitsymptome
- Rezeptur mit großer Bandbreite, besonders untere Extremitäten, besonders Knie

Kräutertherapie

- Großes Ledebouriella Dekokt
- Da Fang Feng Tang

Akupunkturtherapie

- 3E 5
- Gb 34
- Gb 41
- BI 60

9.8.3.5 Kälte-Bi Nieren-Leber-Schwäche

Leitsymptome

- LWS-Syndrom
- Taubheit
- Parästhesien

Zunge

- Zungenkörper: blaß, Zahneindrücke
- Zungenbelag: weißlich, evtl. dick

Puls

- Schlüpfrig, evtl. drahtig
- Leitsymptome
- LWS-Syndrom
- Taubheit
- Parästhesien

Kräutertherapie

- Radix Angelicae pubesc. und Ramulus Loranthii Dekokt
- Du Huo Ji Sheng Tang

Akupunkturtherapie

- Ni 3
- BI 23
- BI 25
- BI 40

9.9 Sucht

Die Wahl der Therapie erfolgt mittels Symptom gesteuerten Zugangs

9.9.1 Alkohol

NADA-Konzept : Shen men
: Vegetativum1
: Leber
: Niere
: Lunge

- Generell werden keine Dauernadeln verwendet, da schnell Delirium erzeugt werden kann
- OAP soll die Kraft geben und Motivation erhalten entsprechend der „Hilfe zur Selbsthilfe“
- Eine zu häufige Akupunktur kann zu einer Reizüberflutung führen

9.9.2 Rauchen

- Rauchen ist eine Lebensstrategie im Sinne einer Problembehandlung (ein Ritual bei Stress, Langeweile usw.)
- Durch Ohrakupunktur (OAP) schmecken die Zigarette nicht mehr
- Dennoch entsteht eine Entzugsproblematik
- Einsatz von Dauernadeln bei der ersten Sitzung möglich, wenn zuvor eine Grundbehandlung, d.h. nach Verwendung von Arbeitsstrahl und Polster (= Öffnung) erfolgt ist

Konzept I : Lungensektor (je abhängiger, desto näher an Helixwurzel)
: Magen
: Antiaggression
: Begierdepunkt

Beginn des Therapieschema bei Rechtshändern am am rechten Ohr. Ein Wechsel der Ohrseite erfolgt nach 14 Tagen. Ein weiterer Wechsel ist nicht unbedingt angezeigt. Bei Linkshändern erfolgt die Therapie entsprechend anders.

Konzept II

Reicht das Konzept I nicht aus, sollte eine strategische Behandlung einmal wöchentlich über fünf Wochen durchgeführt werden. Dabei sollt eine maximale Entspannung erreicht werden.

Verwendete Punkte : Lungendreieck
: Bronchien
: Endokrines System
: Kreislaufstärkung
: Leberstoffwechsel auf Helix
: Omega-Hauptpunkt
: Antiaggression

Zusätzlich können Kräuter, aus Calmuswurzel & Süßholz zu gleichen Teilen (je 25g), die gekaut werden, das Rauchverlangen reduzieren.

9.9.3 Adipositas

Die Ohrakupunktur wird hier als Regulationstherapie angewendet, wodurch eine physiologische Stoffwechselsituation erzeugt werden soll. Das heißt es durch diese Therapie kann lediglich das Konstitutionskörpergewicht hergestellt werden, welches nicht unbedingt dem Wunschgewicht entspricht. Allerdings wird der unerwünschte Reboundeffekt nach erfolgter Therapie ausbleiben.

Konzept I

- Bei unproblematischer Genese
- Zunächst eine öffnende Grundbehandlung an beiden Ohren
- Danach drei 14-tägige Sitzungen
- Akupunktur mit Dauernadeln bei Rechtshändern im rechten Ohr beginnen
- Ggf. unterstützend Mineralstoffe zuführen (Schüßlersalze)

Verwendete Punkte : Antiaggression
Begierdepunkt

Konzept II

- bei komplizierterer Genese

Verwendete Punkte: „Fresspunkt“ (endokriner Punkt im Magenareal)
: Omega-Hauptpunkt
: Dickdarmareal
: Lungendreieck (Gelassenheit erzeugen)
: evtl. zusätzlich Leberareal

10 Anhang

10.1 Abbildungsverzeichnis

ABB. 1: DAS TAO.....	14
ABB. 2: YIN UND YANG	14
ABB. 3: ZUSTÄNDE DER IMBALANCE VON YIN UND YANG.....	20
ABB. 4: SUBSTANZEN IM ÜBERBLICK.....	22
ABB. 5: DIE FÜNF ELEMENTE	24
ABB. 6: FÜNF ELEMENTE, JAHRESZEITEN UND KLIMA.....	25
ABB. 7: FÜNF ELEMENTE, LEBENSPHASEN.....	25
ABB. 8: FÜNF ELEMENTE, EMOTIONEN.....	26
ABB. 9: FÜNF ELEMENTE, ERNÄHRUNGS-, MUTTER-SOHN-ZYKLUS	26
ABB. 10: FÜNF ELEMENTE, KONTROLLZYKLUS	27
ABB. 11: ZANG-FU-ORGANE (AUS FOCKS/HILLENBRAND, 2006).....	33
ABB. 12: MERIDIANUMLÄUFE UND MERIDIANUHR (AUS FOCKS/HILLENBRAND, 2006)	37
ABB. 13: AREALE DER ZUNGE	48
ABB. 14: LOKALISATION DER POSITIONEN BEI DER PULSPALPATION.....	53
ABB. 15: TECHNIK DER PULSPALPATION.....	54
ABB. 16: FINGERMAßE (AUS FOCKS/HILLENBRAND, 2006).....	85
ABB. 17: KÖRPERMAßE (AUS FOCKS/HILLENBRAND, 2006).....	86
ABB. 18: VERLAUF LUNGENMERIDIAN	87
ABB. 19: VERLAUF DICKDARMMERIDIAN	90
ABB. 20: VERLAUF MAGENMERIDIAN	93
ABB. 21: VERLAUF MILZMERIDIAN	98
ABB. 22: VERLAUF HERZMERIDIAN.....	101
ABB. 23: VERLAUF DÜNNDARMMERIDIAN.....	104
ABB. 24: VERLAUF BLASENMERIDIAN.....	107
ABB. 25: VERLAUF NIERENMERIDIAN	113
ABB. 26: VERLAUF PERICARDMERIDIAN	116
ABB. 27: VERLAUF SAN-JIAO-MERIDIAN.....	119
ABB. 28: VERLAUF GALLENBLASENMERIDIAN	122
ABB. 29: VERLAUF LEBERMERIDIAN	127
ABB. 30: VERLAUF REN MAI (KONZEPTIONSGEFÄß)	130
ABB. 31: VERLAUF DU-MAI (LENKERGEFÄß)	134
ABB. 32: DIE ANATOMIE DER OHRMUSCHEL (AUS FOCKS/HILLENBRAND, 2006).....	140

ABB. 33: KEIMBLATTEBENEN, INNERVATION DES OHRES, NOACK 2006	141
ABB. 34: LINKS VISUELLE DIAGNOSTIK BEI SCHMERZPROJEKTIONEN, RECHTS DIE OHRKARTE DER AKADEMIE FÜR AKUPUNKTUR UND MOXIBUSTION IN PEKING	142
ABB. 35: SOMATOTOPIE DER OHRMUSCHEL NACH MICHAEL NOACK, 2006	143
ABB. 36: OHRKARTE (AUS MICHAEL NOACK, ARBEITSBUCH OHRKUPUNKTUR, 2000)	144
ABB. 37: OHRGEOMETRIE (MICHAEL NOACK, 2006)	147
ABB. 38: KORRESPONDENZBEREICHE METACARPALE II.....	148
ABB. 39: ANATOMISCHE UND FUNKTIONELLE SOMATOTOPE (AUS FOCKS/HILLENBRAND, 2006)	149
ABB. 40: BASISZONEN (AUS FOCKS/HILLENBRAND, 2006)	150
ABB. 41: AUSWAHL VERSCHIEDENER KRÄUTER AUS KUN-YING YEN, 1997	151
ABB. 42: JU HUA-CHRYSANTHEMI FLORIS AUS KUN-YING YEN, 1997	153
ABB. 43: BAN XIA-RHIZOMA PINELLIAE AUS KUN-YING YEN, 1997	153
ABB. 44: DA HUANG- RHABARBER-WURZEL AUS KUN-YING YEN, 1997	153
ABB. 45: CHAI HU-BUPLEURI RADIX AUS KUN-YING YEN, 1997	154
ABB. 46: SHI GAO-GYPSUM FIBROSUM AUS KUN-YING YEN, 1997	154
ABB. 47: REN SHEN-GINSENG RADIX AUS KUN-YING YEN, 1997	154
ABB. 48: FU ZI-ACONITI RADIX LATERALIS PREPARATA AUS KUN-YING YEN, 1997	155
ABB. 49: DANG GUI-ANGELICAE SINENSIS RADIX AUS KUN-YING YEN, 1997	155

10.2 Tabellenverzeichnis

TABELLE 1: YIN UND YANG	16
TABELLE 2: YING UND YANG	17
TABELLE 3: ÜBERBLICK YIN UND YANG.....	19
TABELLE 4: DIE FÜNF WANDLUNGSPHASEN IM ÜBERBLICK	32
TABELLE 5: ÜBERSICHT ZANG-FU-ORGANE	32
TABELLE 6: MERIDIANUMLÄUFE (AUS FOCKS/HILLENBRAND, 2006)	36
TABELLE 7: BA GANG	40
TABELLE 8: ZANG-FU-ORGANE	41
TABELLE 9: SCHMERZFORMEN	43
TABELLE 10: ZUSTAND DES SHEN	47
TABELLE 11: TONISIERUNGS- UND SEDIERUNGSPUNKTE	82
TABELLE 12: YUAN- UND LUO-PUNKTE	83
TABELLE 13: MU- UND SHU-PUNKTE	84

10.3 Literaturverzeichnis

Accolla, D., Yates, P.

Traditionelle chinesische Medizin
Bassermann, 1996

Bensky, D., Barolet, R.

Chinesische Arzneimittelrezepte und Behandlungsstrategien
Verlag für Ganzheitliche Medizin, 1990

Deadman, Peter; Al-Khafaji; Baker

Grosses Handbuch der Akupunktur. Das Netzwerk der Leitbahnen und Akupunkturpunkte
2002; Verlag f. Ganzheitl. Med.
3927344427

Ehling, D.

Handbuch Chinesische Kräuter
Urban & Fischer, 2001

Flaws, B.

70 grundlegende Rezepte der Chinesischen Arzneimitteltherapie
Verlag für Ganzheitliche Medizin 1994

Focks, Claudia; Hillenbrand, Norman

Leitfaden Chinesische Medizin
2006; Urban & Fischer bei Elsevier
343756482X

Kun-Ying, Yen

The Illustrated Chinese Materia Medica
Crude and Prepared
SMC Publishing INC. 1997.

Linde, Nikolaus

Ohrakupunktur. Leitfaden für Theorie und Praxis
1999; Sonntag
3877581269

Maciocia, Giovanni

Die Grundlagen der Chinesischen Medizin
1994; Kötzing; Verlag für ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH;
3-927344-07-9

Maciocia, Giovanni

Die Praxis der Chinesischen Medizin;
1997; Kötzing; Verlag für ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH
3-927344-17-6

Noak, Michael

Arbeitsbuch Ohr Akupunktur
2000; Akapit Verlag
3-980785-00-9

Noack, Michael

Zentrum für Ohrakupunktur Berlin (<http://www.ak-ohrakupunktur.de/>)

„Was ist Ohrakupunktur“, Oktober 2006, <http://www.ohrakupunktur-ausbildung.de>

Ross, J.

Westliche Heilpflanzen und Chinesische Medizin

Verlag für Ganzheitliche Medizin 2003