

# 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

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1 Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin</b> | <b>10</b> |
| 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        |
| <b>2 Diagnostische Verfahren in der TCM</b>             | <b>40</b> |
| 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        |
| <b>3 Disharmoniemuster gemäß Yin, Yang, Blut und Qi</b> | <b>58</b> |
| 3.1 Qi-Schwäche   | 58        |
| 3.2 Yang-Schwäche                                       | 58        |
| 3.3 Blutschwäche  | 58        |
| 3.4 Yin-Schwäche  | 59        |
| 3.5 Blutstase   | 59        |
| <b>4 Disharmoniemuster gemäß pathogener Faktoren</b>    | <b>60</b> |
| 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        |
| <b>5 Disharmoniemuster gemäß innerer Organe</b>          | <b>63</b> |
| 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        |
| <b>5.5 Muster von Niere und Harnblase</b>                                      | <b>76</b> |
| 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        |
| <b>6 Akupunkturpunkte</b>  | <b>80</b> |
| 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        |
| <b>7 Sonderformen der Akupunktur</b>                        | <b>139</b> |
| 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        |
| <b>8 Phytotherapie</b>                                      | <b>151</b> |
| <b>9 Ausgewählte Erkrankungen und ihre Therapie</b>         | <b>153</b> |
| 9.1 Allergien   | 153        |
| 9.2 Asthma  | 154        |
| 9.2.1 Windinvasion  | 154        |
| 9.2.2 Wind-Kälte Innen-Mangel                               | 155        |
| 9.2.3 Schleim-Blockade                                      | 156        |
| 9.2.4 Lungen-Yin-Mangel                                     | 157        |
| 9.3 Augenerkrankungen                                       | 158        |
| 9.3.1 Glaukom   | 158        |
| 9.3.2 Tränende Augen  | 159        |
| 9.3.3 Maculadegeneration                                    | 159        |
| 9.4 Tinnitus  | 160        |

|  |            |
|--|------------|
| 9.4.1 Nieren-Yang-Mangel   | 160        |
| 9.4.2 Schleim-Blockade   | 160        |
| 9.4.3 Schleim-Hitze  | 161        |
| 9.4.4 Aufsteigendes Leber-Yang   | 162        |
| 9.4.5 Leber-Blut-Mangel  | 163        |
| 9.4.6 Nieren-Yin-Mangel  | 164        |
| 9.5 Kopfschmerzen  | 164        |
| 9.5.1 Hitze der Leber  | 164        |
| 9.5.2 Leber-Qi-Stagnation  | 165        |
| 9.5.3 Blut-Stase   | 166        |
| 9.5.4 Schleim  | 166        |
| 9.5.5 Nässe Ansammlung   | 167        |
| 9.6 HWS-Syndrome   | 168        |
| 9.6.1 Akut-Subakut Wind-Nässe in den Leitbahnen (Großes Yang)                          | 168        |
| 9.6.2 Chronisch (Qi-Ebene)   | 170        |
| 9.6.3 Chronisch Blut-Stase/ Blut-Mangel (Blut-Ebene)                                   | 171        |
| 9.7 LWS-Syndrome   | 172        |
| 9.7.1 Akute Blockierung in Leitbahnen und Kollateralen: Akute-subakute Rückenschmerzen | 172        |
| 9.7.2 Bi-Syndrom: Nässe-Wind, Kälte  | 173        |
| 9.7.3 Kälte, Nässe, Blut-Stase   | 174        |
| 9.7.4 Qi-Stagnation und Blut-Stase   | 175        |
| 9.7.5 Nieren-Schwäche (eher höheres Lebensalter)                                       | 175        |
| 9.8 Rheuma   | 176        |
| 9.8.1 Hitze  | 176        |
| 9.8.2 Hitze oben Kälte unten   | 177        |
| 9.8.3 Kälte  | 178        |
| 9.8.3.1 Kälte-Bi pathogene Faktoren in den Leitbahnen                                  | 178        |
| 9.9 Sucht  | 181        |
| 9.9.1 Alkohol  | 181        |
| 9.9.2 Rauchen  | 181        |
| 9.9.3 Adipositas   | 182        |
| <b>10 Anhang</b>   | <b>183</b> |
| 10.1 Abbildungsverzeichnis   | 183        |
| 10.2 Tabellenverzeichnis   | 184        |
| 10.3 Literaturverzeichnis  | 185        |





## **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

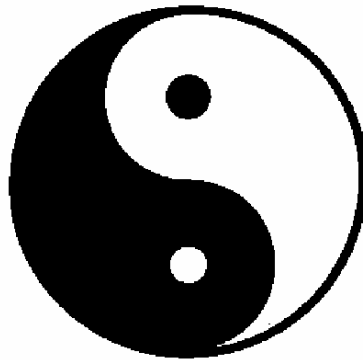
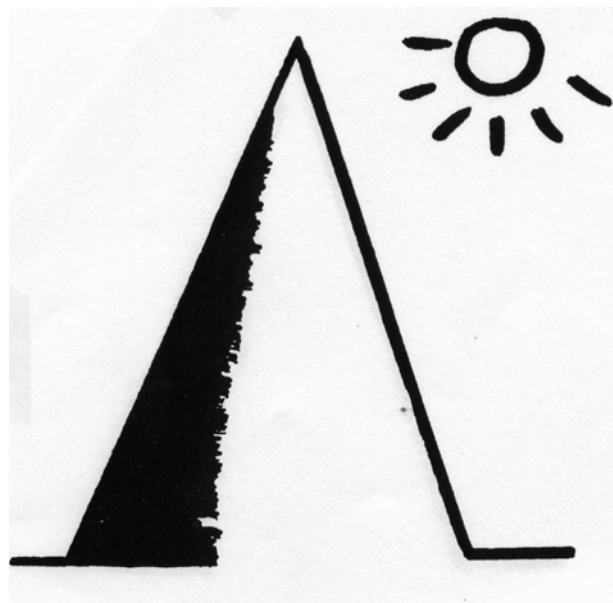


Abb.1: Das Tao

- 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:

| <b>Yang</b>               | <b>Yin</b>                |
|---------------------------|---------------------------|
| Feuer                     | Wasser                    |
| Heiß                      | Kalt                      |
| Rastlos, unruhig          | Ruhig                     |
| Trocken                   | Feucht                    |
| Hart                      | Weich                     |
| Erregung                  | Hemmung                   |
| Schnell                   | Langsam                   |
| Nicht-substantiell        | Substantiell              |
| Transformation,<br>Wandel | Bewahrung,<br>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.

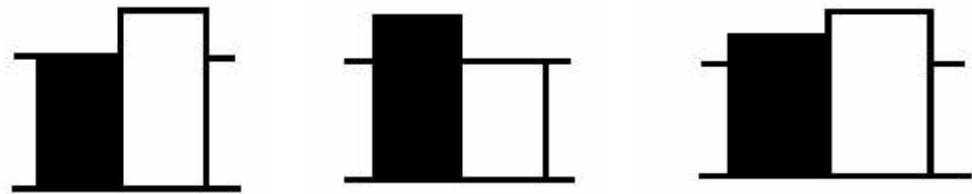
|                    | <b>Yin</b>   | <b>Yang</b>  |
|--------------------|--|--|
| <b>Makrokosmos</b> | <p><b>Schatten</b></p> <p>Dunkelheit<br/>Mond<br/>Nacht<br/>Kälte<br/>Wasser<br/>Feuchtigkeit<br/>Weichheit</p> <p><b>Erde</b></p> <p>Unten<br/>Absinken<br/>Flach<br/>Kontraktion<br/>Materie<br/>Substantiell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

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

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

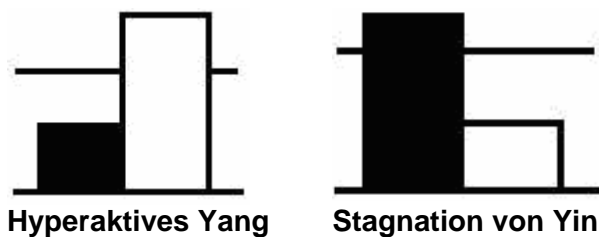
Yin-Typ

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

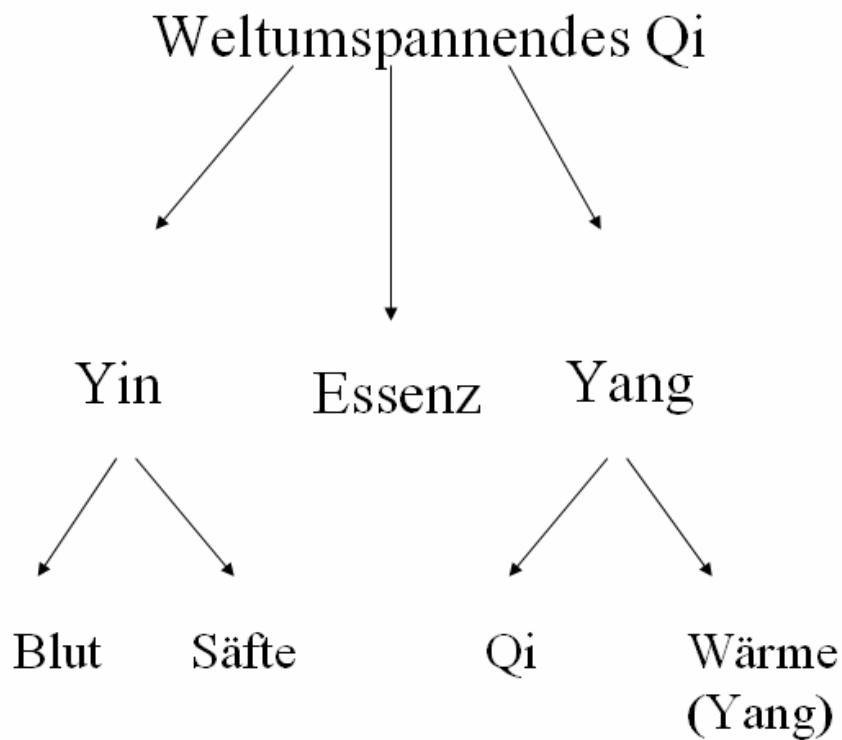


Abb. 4: Substanzen im Überblick

## 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.

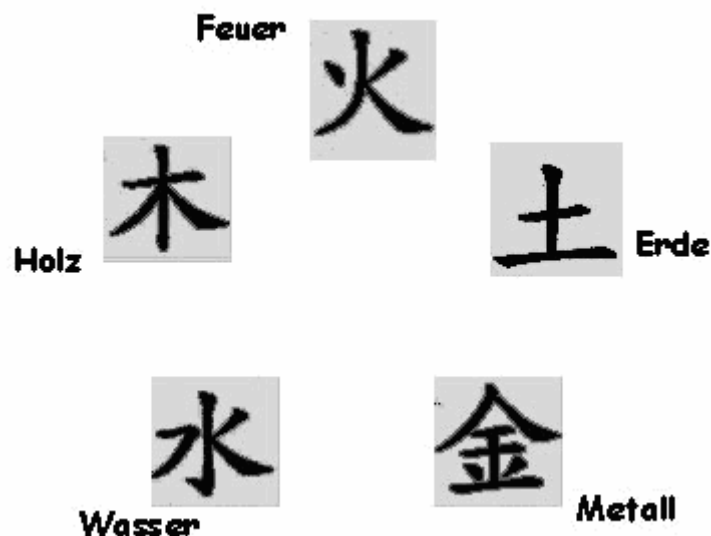


Abb. 5: Die fünf Elemente

- 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

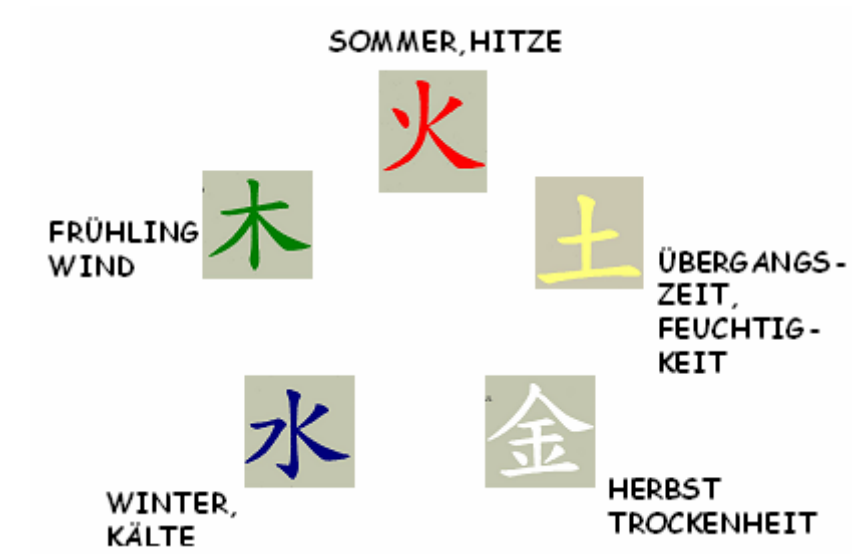


Abb. 6: Fünf Elemente, Jahreszeiten und Klima

### 1.6.3 Lebensphasen

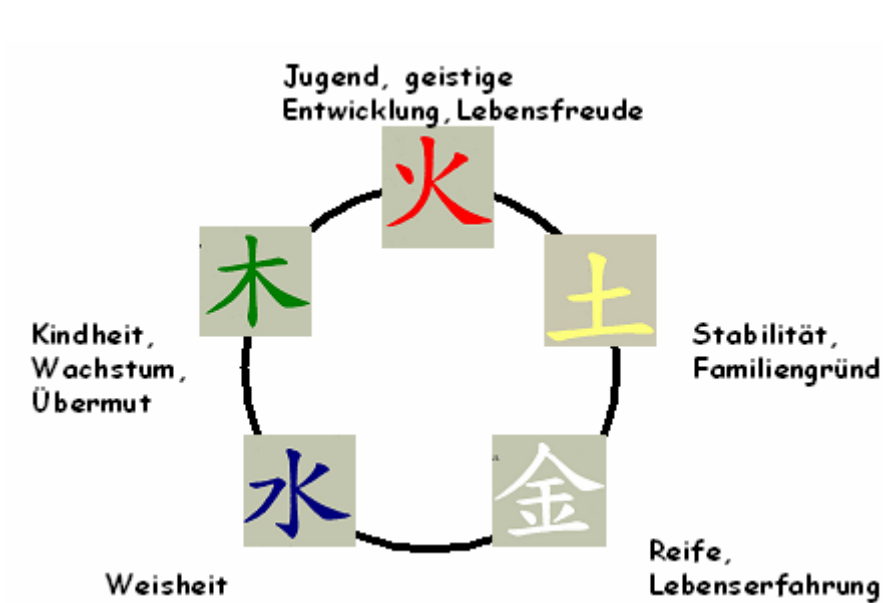


Abb. 7: Fünf Elemente, Lebensphasen

### 1.6.4 Emotionen

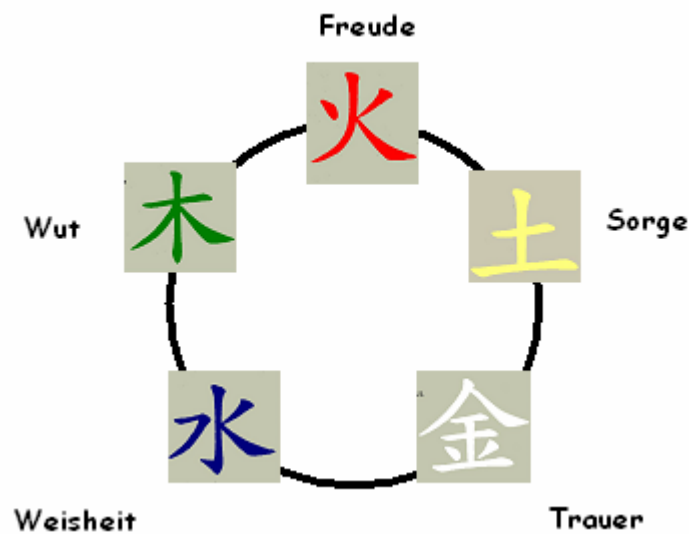


Abb. 8: Fünf Elemente, Emotionen

### 1.6.5 Ernährungs-, Mutter-Sohn-Zyklus

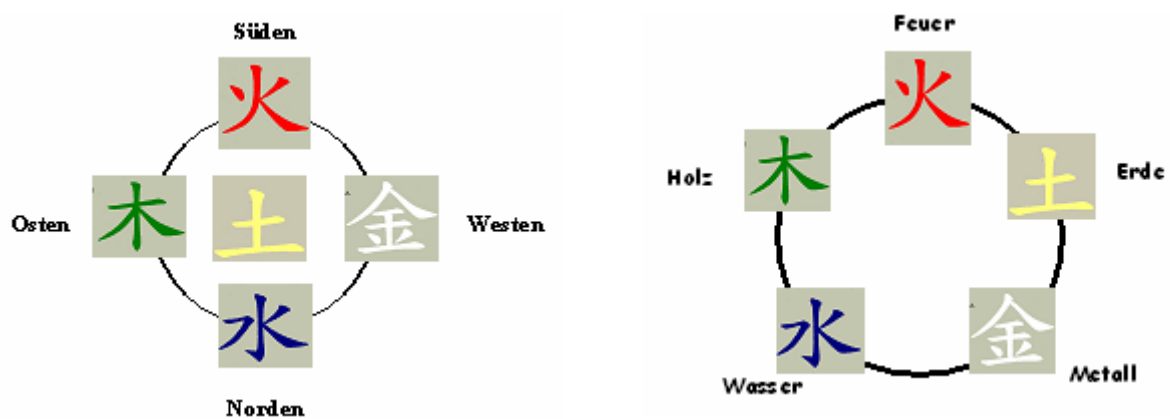


Abb. 9: Fünf Elemente, Ernährungs-, Mutter-Sohn-Zyklus

- 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

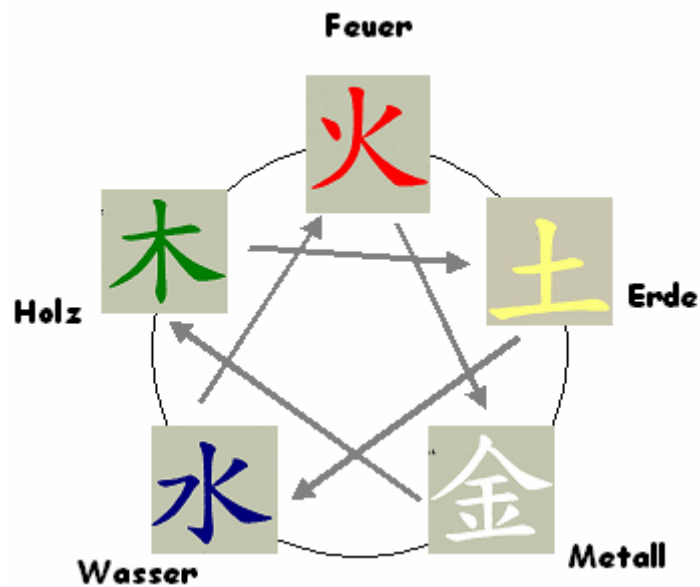


Abb. 10: Fünf Elemente, Kontrollzyklus

- 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  |
|---|---|---|---|--|---|
| <b>Hauptorgan (zang)</b>                | Leber   | Herz  | Milz  | Lunge  | Nieren  |
| <b>Nebenorgan (fu)</b>                  | Gallenblase                                       | Dünndarm  | Magen, Bauchspeicheldrüse   | Dickdarm   | Harnblase   |
| <b>Körperteile</b>                      | 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              |
| <b>Gewebe, Flüssigkeiten</b>            | Sehnen und Faszien, Nägel                         | Blut, Schweiß   | Muskeln, Fleisch (Bindegewebe)  | Schleimhäute, Haut   | Knochen   |
| <b>Speichert</b>                        | Blut  | Lymph   | Shen (Geist)  | Qi   | Jing  |
| <b>Qualität</b>                         | Farbe   | Flüssigkeit   | Geschmack   | Geruch   | Ton   |
| <b>Sinnesorgan</b>                      | Augen   | Zunge   | Mund, Lippen  | Nase   | Ohren   |
| <b>Sinn</b>                             | Sehen   | Reden   | Schmecken   | Riechen  | Hören   |
| <b>Geschmack</b>                        | Sauer   | Bitter  | Süß   | Scharf   | Salzig  |
| <b>Geruch</b>                           | Ranzig  | Verbrannt   | Süßlich   | Verrottet  | Faulig  |
| <b>Jahreszeit der größten Aktivität</b> | Frühling  | Sommer  | Spätsommer  | Herbst   | Winter  |
| <b>Himmels-Richtung</b>                 | Ost   | Süd   | Mitte   | West   | Nord  |
| <b>Tageszeit</b>                        | Morgen  | Mittag  | Nachmittag  | Abend  | Nacht   |
| <b>Klima</b>                            | Wind  | Hitze   | Feuchtigkeit  | Trockenheit  | Kälte   |
| <b>Farbe</b>                            | Grün  | Rot   | Gelb  | Weiß   | Dunkelblau, Schwarz                                       |
| <b>Positive Emotionen</b>               | 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                |
|---------------------------|------------------------------|---|--------------------------------|----------------------------|-----------------------|
| <b>Negative Emotionen</b> | Ärger, Zorn, Wut, Aggression | Ungeduld, Hektik, Launenhaftigkeit, Grausamkeit, Arroganz | Sorgen, Grübeln, Mitleidigkeit | Trauer, Depression, Kummer | Furcht, Angst, Stress |
| <b>Stress-handlung</b>    | Schluckauf                   | Husten  | Zittern                        | Anhaften                   | Depression            |
| <b>Gefühlsäußerungen</b>  | 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



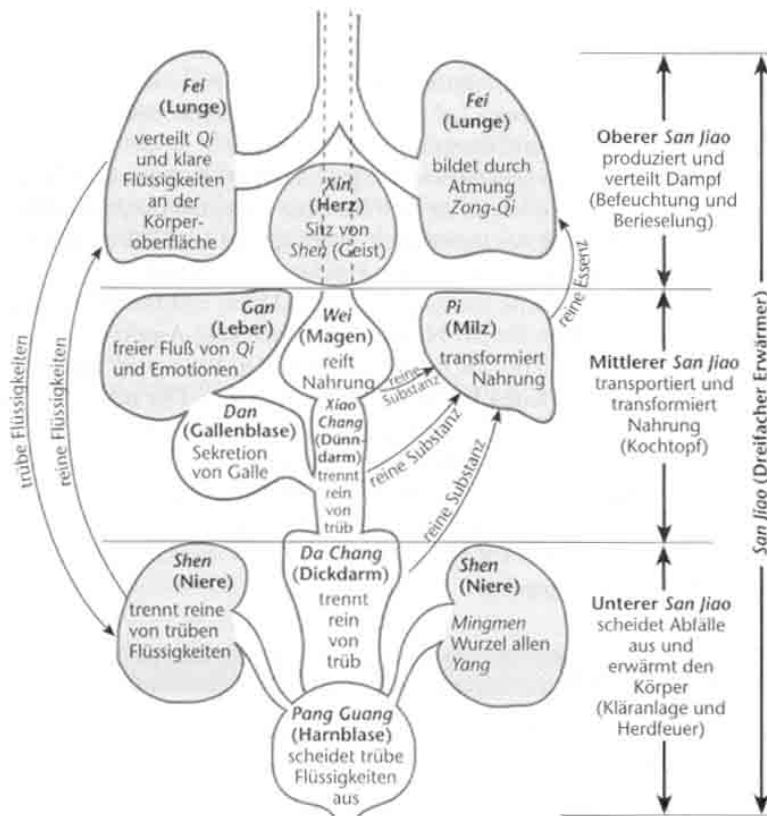


Abb. 11: Zang-Fu-Organen (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

### 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).



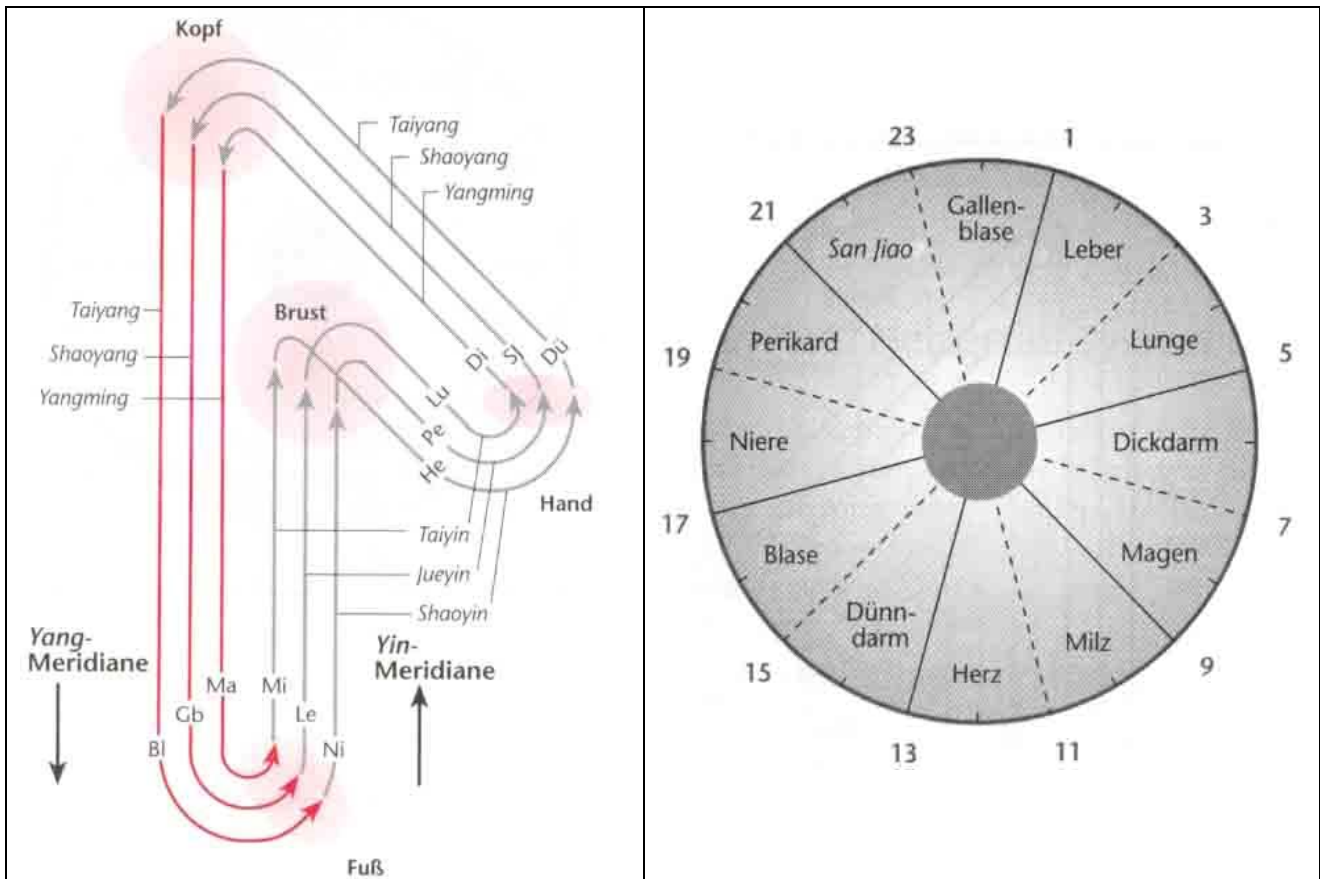


Abb. 12: Meridianumläufe und Meridianuhr (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

**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-Organe

## 2.2 Die vier Untersuchungen

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

### 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<br>Stechend, eher leichter  | Tief, dumpf<br>Bohrend, stärker, bedrohlicher                        |
| Ort                     | Eher wandernd   | ortsgebunden   |
| Äußere, lokale Merkmale | Keine organischen<br>Veränderungen oder leichtere,<br>reversiblere<br>Muskelverspannungen | Kleine, livide Adergeflechte,<br>besonders in LWS und HWS-<br>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, gesprächig, gereizt, aggressiv  
⇒ Yang-Tendenz
- Schwere, kraftvolle, plumpe Bewegungen  
⇒ Füllemuster
- Schnelle, fahrige 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?

|                    | <b>Viel Shen</b>     | <b>Wenig Shen</b> |
|--------------------|----------------------|-------------------|
| Aussehen           | Gesund               | Krank             |
| Gesichtsfarbe      | Klar                 | Grau              |
| Ausdruck der Augen | Glänzend<br>Lebendig | Trübe<br>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

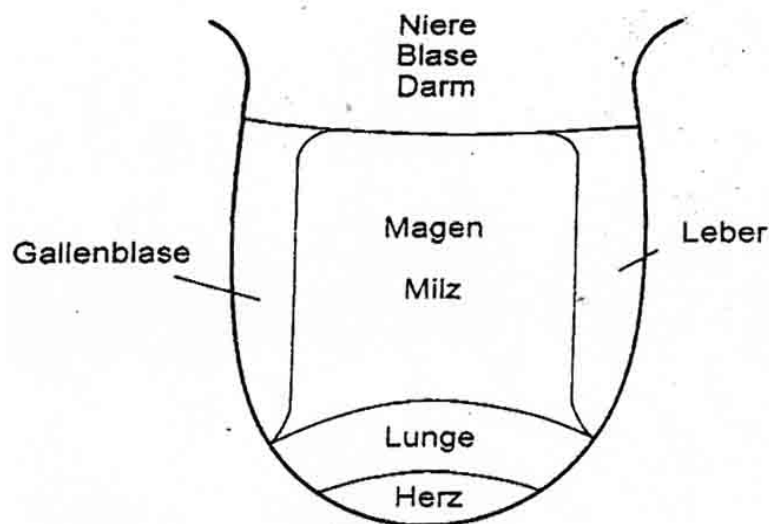


Abb. 13: Areale der Zunge

### 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 gestautetes 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

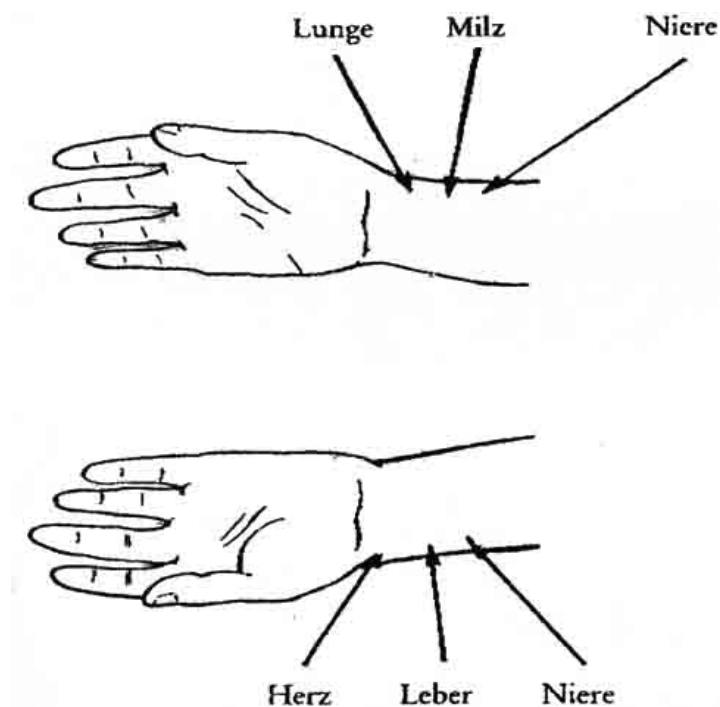


Abb. 14: Lokalisation der Positionen bei der Puls palpation

### 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

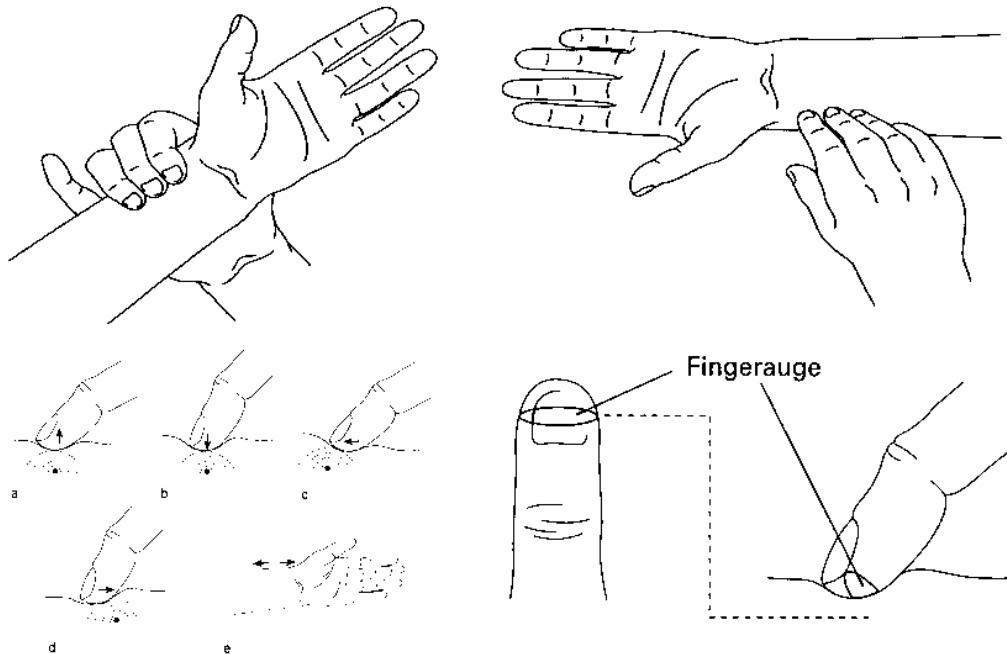


Abb. 15: Technik der Pulspalpation

### 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 warme 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, Bl 1 und 2,  
 Areal Fernpunkt Gesicht: Di 4  
 Meridianfernpunkt: Lu 7 (Organbezug Lunge)  
 Symptomatische Pkt.: MP 10, Bl 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

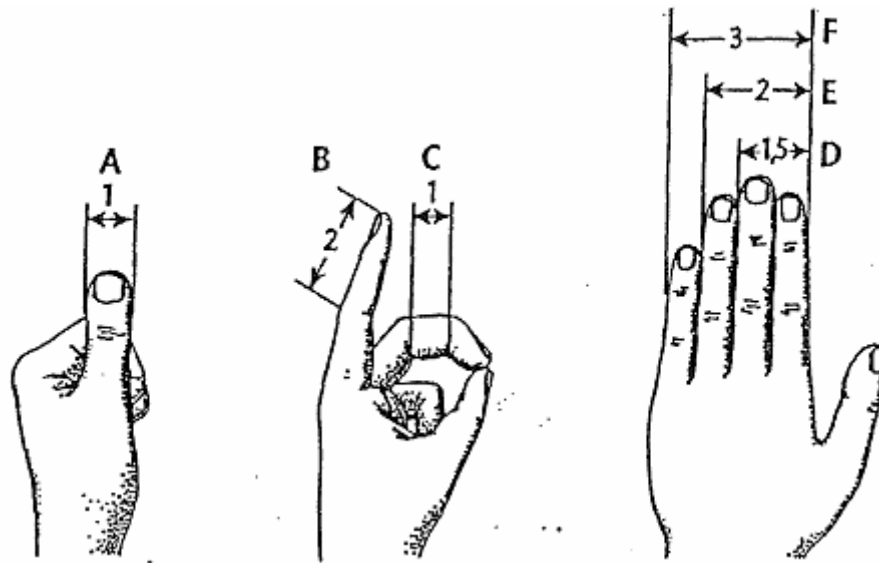
- Stechen (sanftes De-Qi-Gefühl auslösen)
- Langsamer Einstich, schnelles Herausziehen der Nadel
- Moxa auf der Nadel
- Schröpfen
- Kurzes Trockenschröpfen
- Punkt nach Stechen mit Finger verschließen

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 C<sub>7</sub> 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

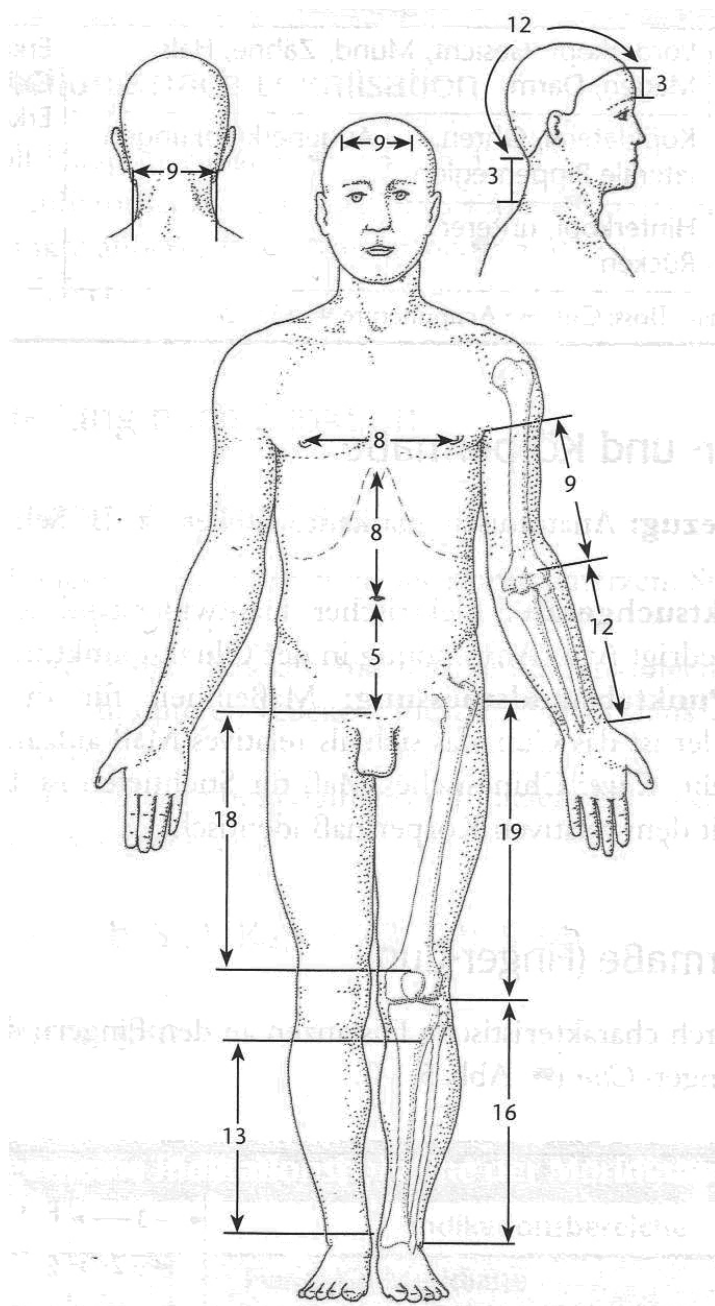


Abb. 17: Körpermaße (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

## 6.4 Die zwölf Hauptmeridiane und ihre Akupunkturpunkte

Wichtige Punkte sind mit einem „!“ gekennzeichnet.

### 6.4.1 Der Lungenmeridian

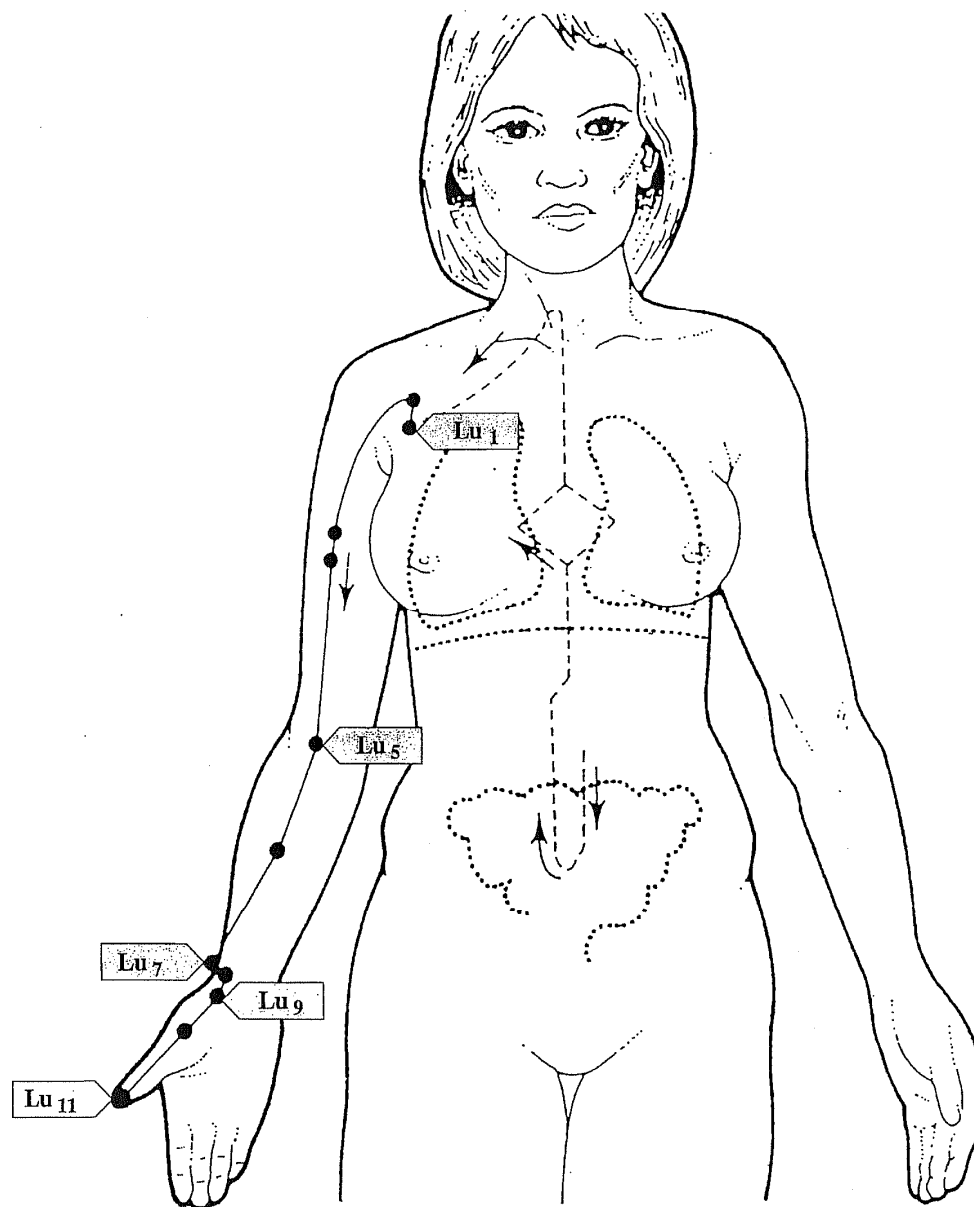


Abb. 18: Verlauf Lungenmeridian

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

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

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

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



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

| <b>Lu 11 (Shaoshang)</b> |  |
|--------------------------|--|
| <b>Lokalisation:</b>     | Radialer Nagelwinkel Daumen 2-3 mm proximal vorn Nagelwinkel   |
| <b>Indikation:</b>       | 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. |
| <b>Lokale Wirkung:</b>   |  |
| <b>TCM:</b>              | Hat kühlende Wirkung auf die Lunge   |
| <b>Besonderheit:</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jing Punkt</li> <li>☞ Die Nadelung ist sehr schmerzhaft</li> </ul>  |

### 6.4.2 Der Dickdarmmeridian

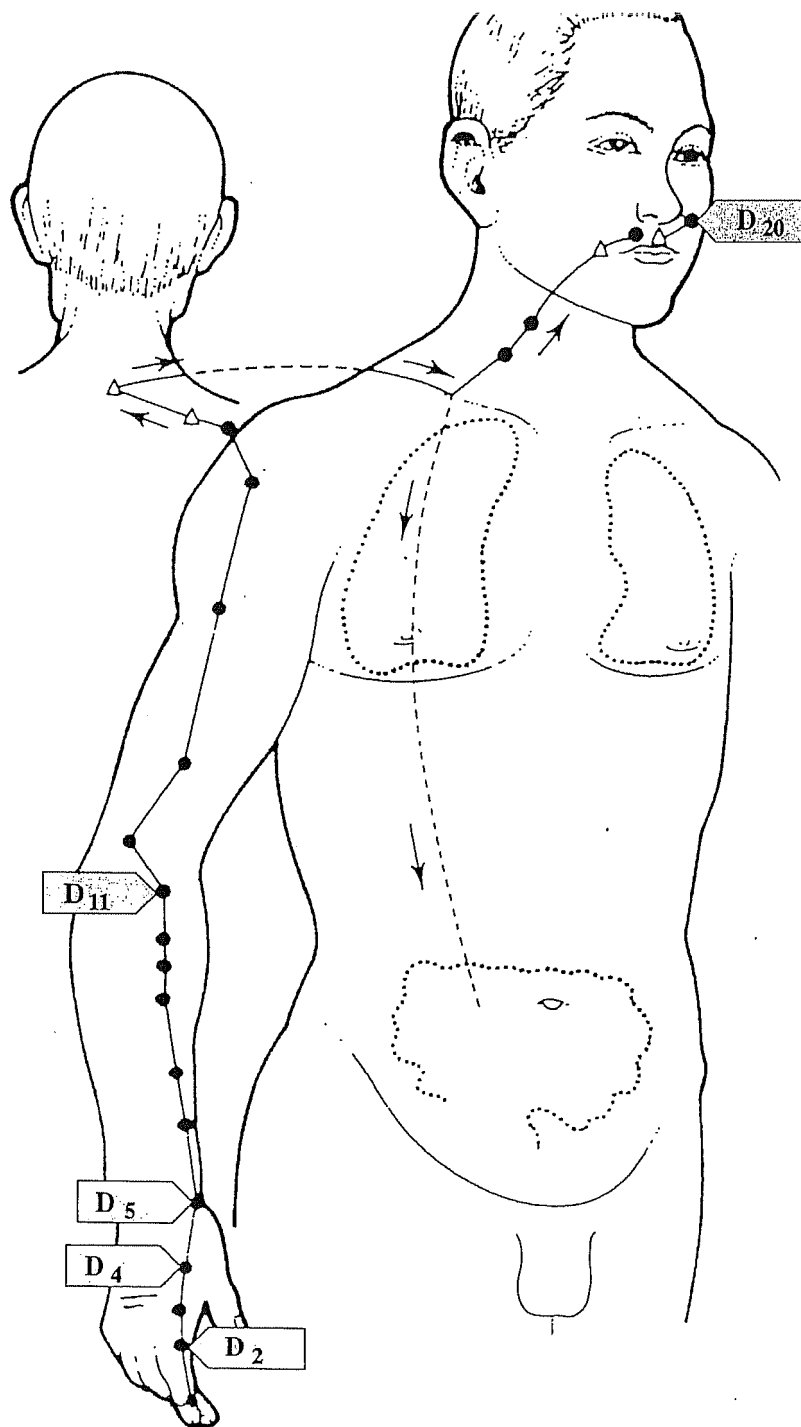


Abb. 19: Verlauf Dickdarmmeridian

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

| <b>Di 4 (Hegu)!</b>    |   |
|------------------------|---|
| <b>Lokalisation:</b>   | Höchster Punkt des Musc. adductor pollicis, wenn Daumen anliegt   |
| <b>Indikation:</b>     | 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 |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |   |
| <b>TCM:</b>            | Eliminiert Wind, Kälte und Feuchtigkeit, fördert den Qi-Fluß durch Entblockierung der Meridiane   |
| <b>Besonderheit:</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yuan-Punkt zu Lu 7</li> <li>• Sehr wichtiger Punkt!</li> </ul>   |

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

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

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

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

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

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

### 6.4.3 Der Magenmeridian

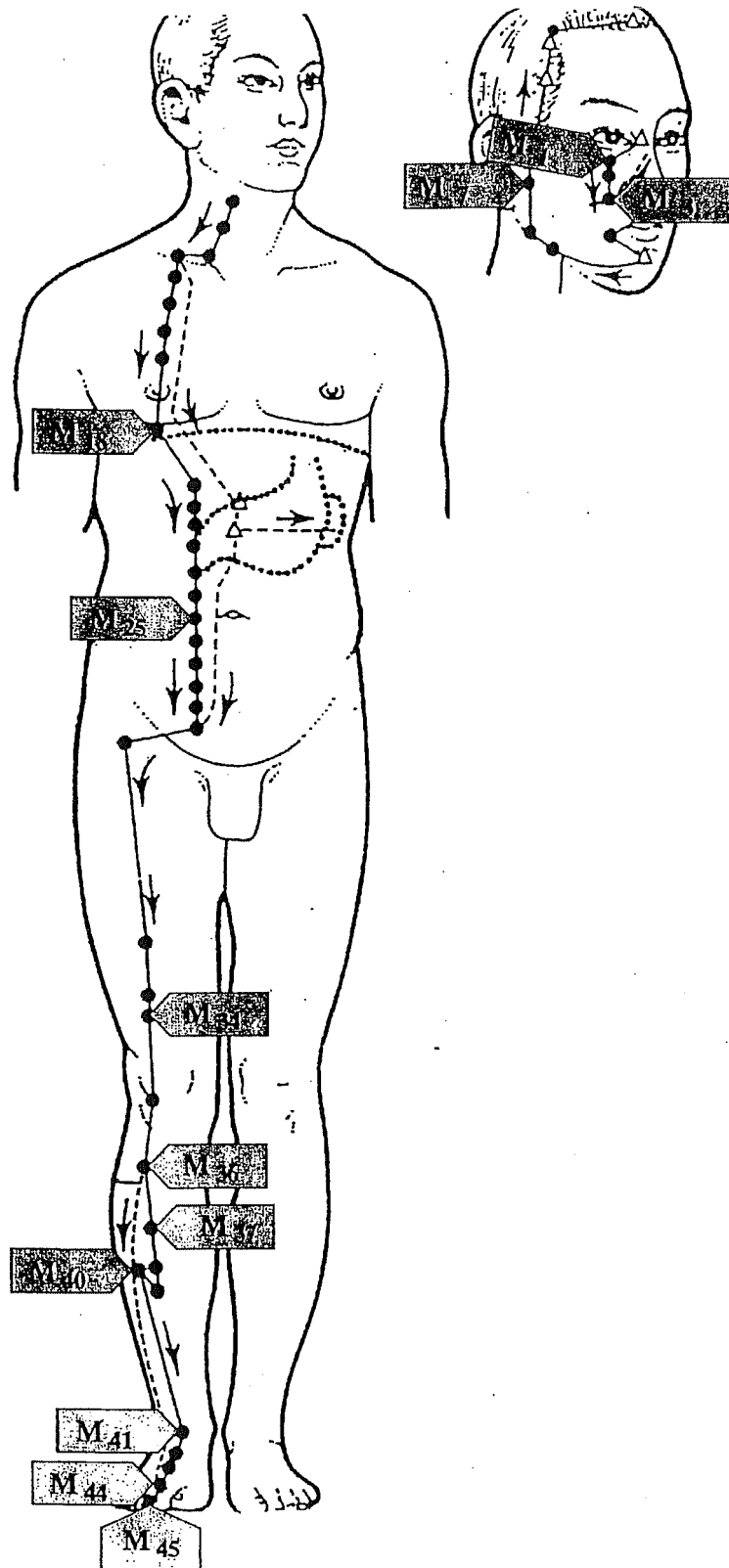


Abb. 20: Verlauf Magenmeridian

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

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

### 6.4.4 Der Milzmeridian

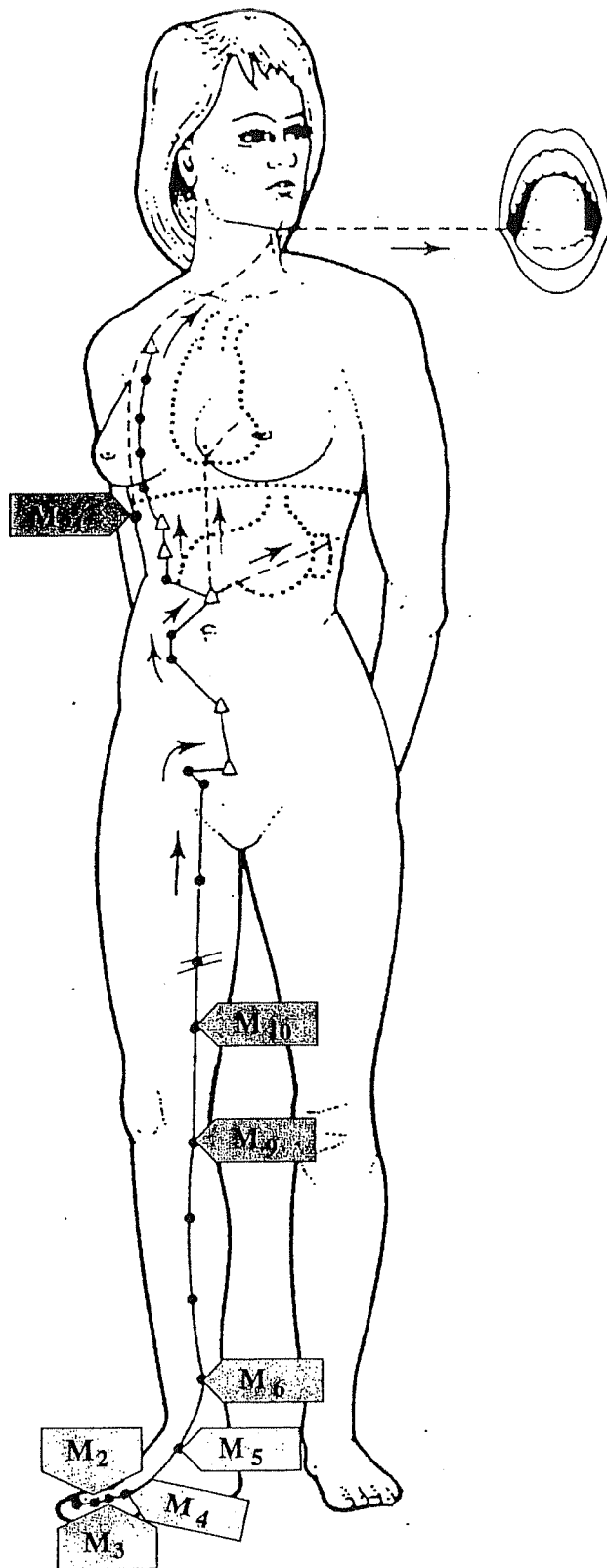


Abb. 21: Verlauf Milzmeridian

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

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

| <b>MP 6 (Sanyinjiao)!</b> |   |
|---------------------------|---|
| <b>Lokalisation:</b>      | An der medialen Seite des Unterschenkels, 3 Cun oberhalb des medialen Malleolus, dorsal der Tibiahinterkante. (In der Fascienlücke der Cockettschen Perforans)  |
| <b>Indikation:</b>        | 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 |
| <b>Lokale Wirkung:</b>    |   |
| <b>TCM:</b>               | Kreuzung von 3 Yin-Meridianen MP, Ni, Le, Bedeutung für die Organe Niere und Leber.   |
| <b>Besonderheit:</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sehr wichtiger Punkt!</li> </ul>   |

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

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

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

### 6.4.5 Der Herzmeridian

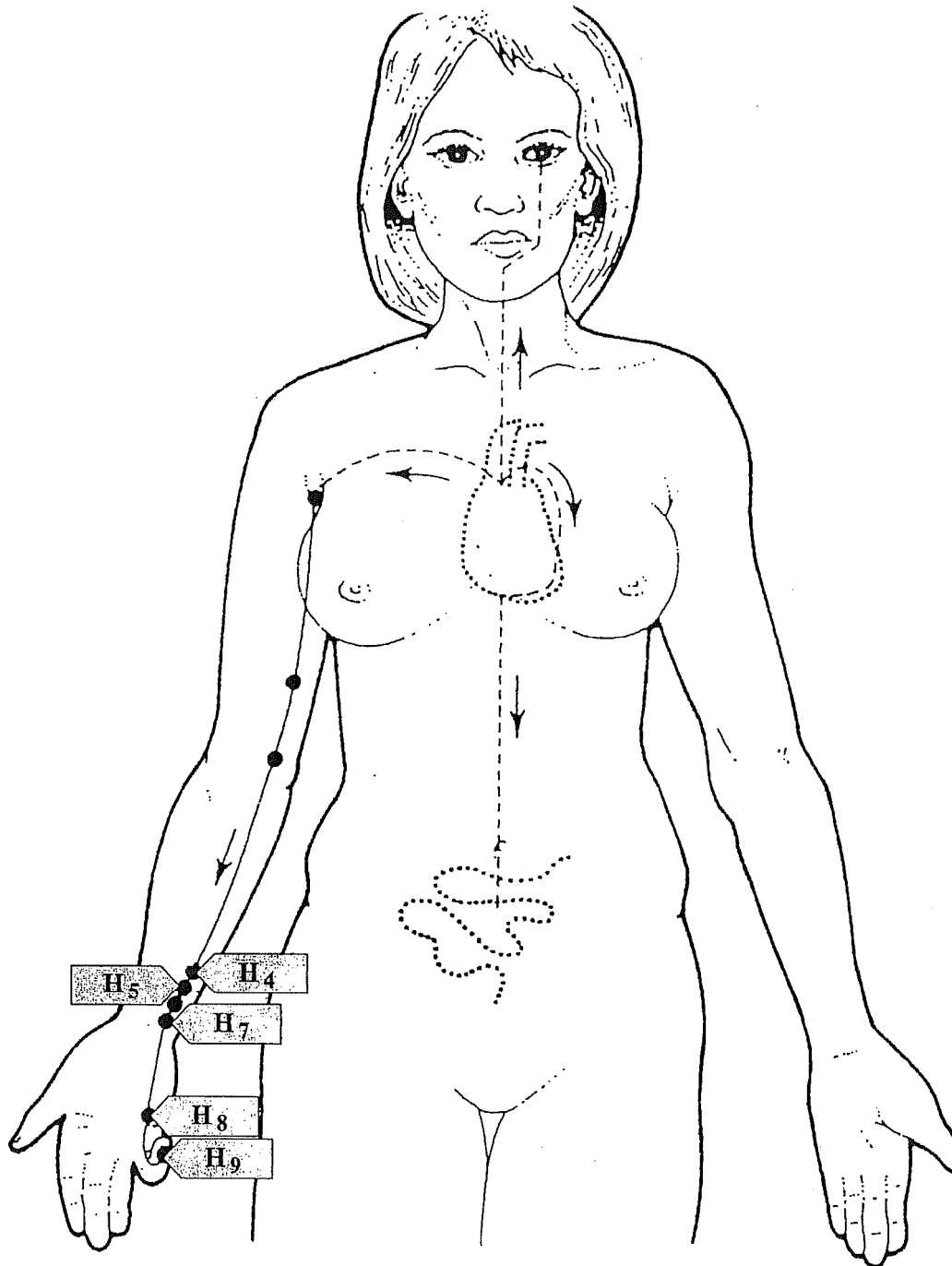


Abb. 22: Verlauf Herzmeridian

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

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

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

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

---

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

### 6.4.6 Der Dünndarmmeridian

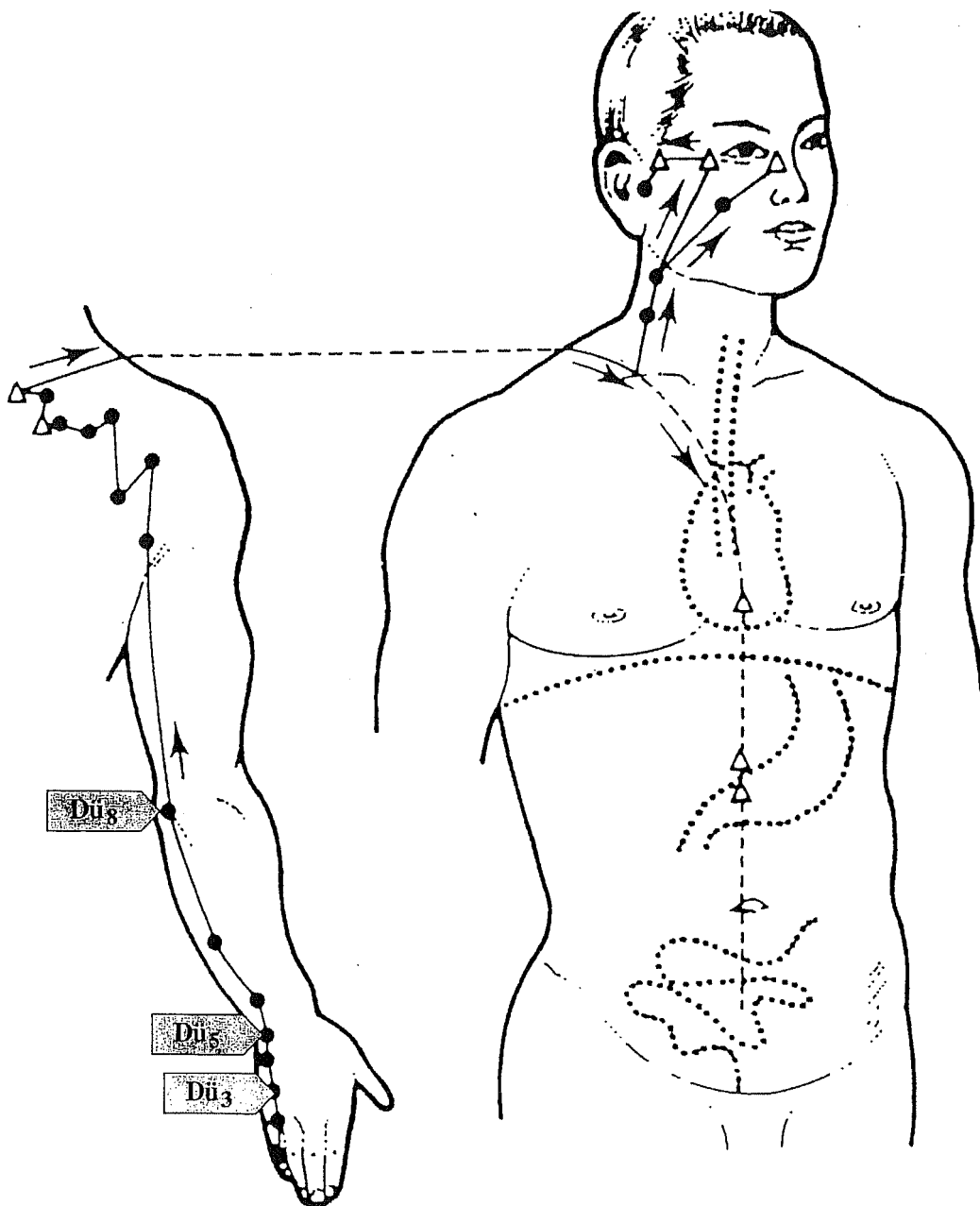


Abb. 23: Verlauf Dünndarmmeridian



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

6.4.7 Der Blasenmeridian

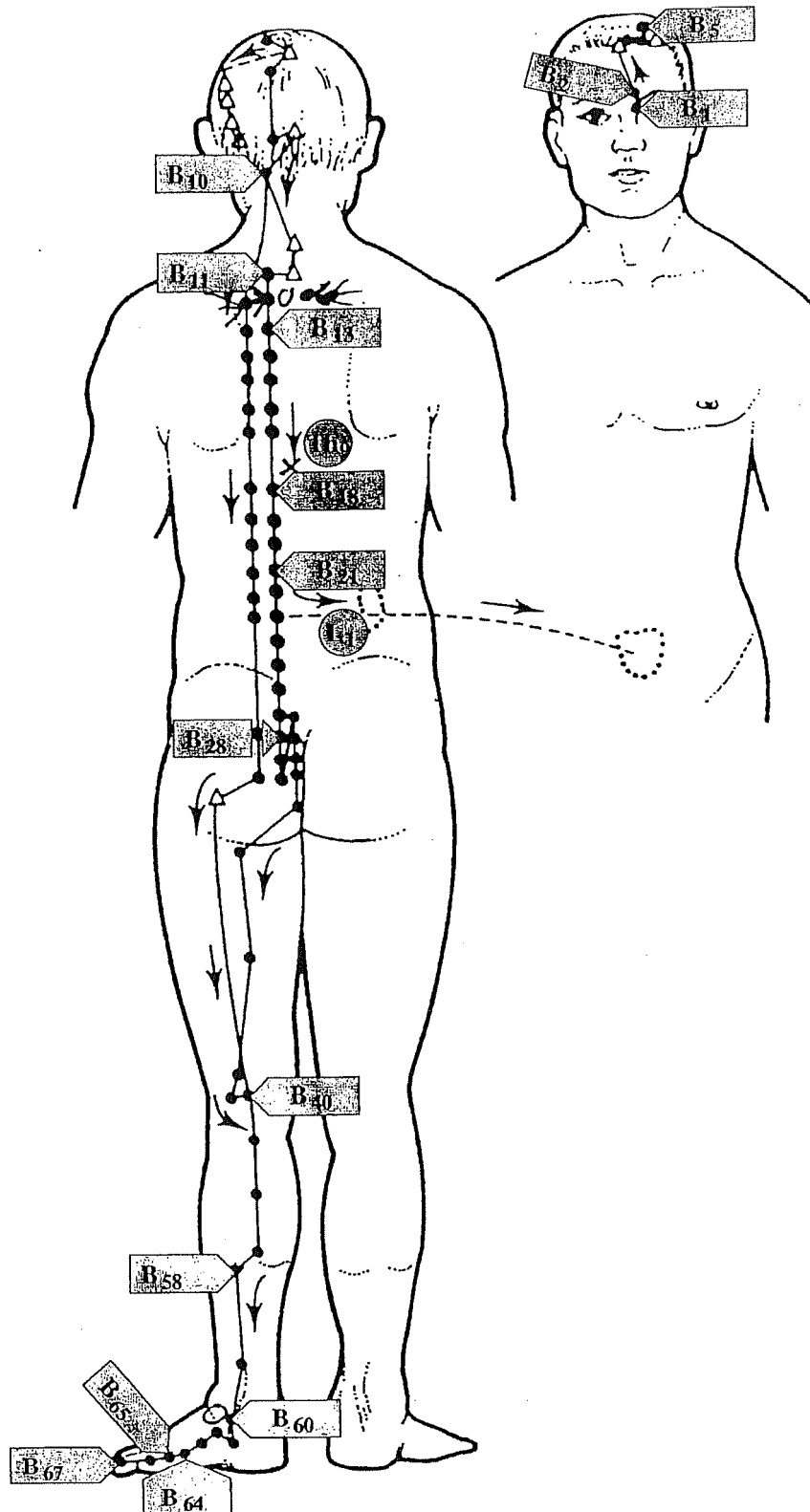


Abb. 24: Verlauf Blasenmeridian

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

| <b>BI 32 (Ciliao)!</b> |                        |
|------------------------|------------------------|
| <b>Lokalisation:</b>   | 2. Foramen sacrale     |
| <b>Indikation:</b>     | Lumbalgie, Obstipation |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |                        |
| <b>TCM:</b>            |                        |
| <b>Besonderheit:</b>   |                        |

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

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

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

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

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

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



## 6.4.8 Der Nierenmeridian

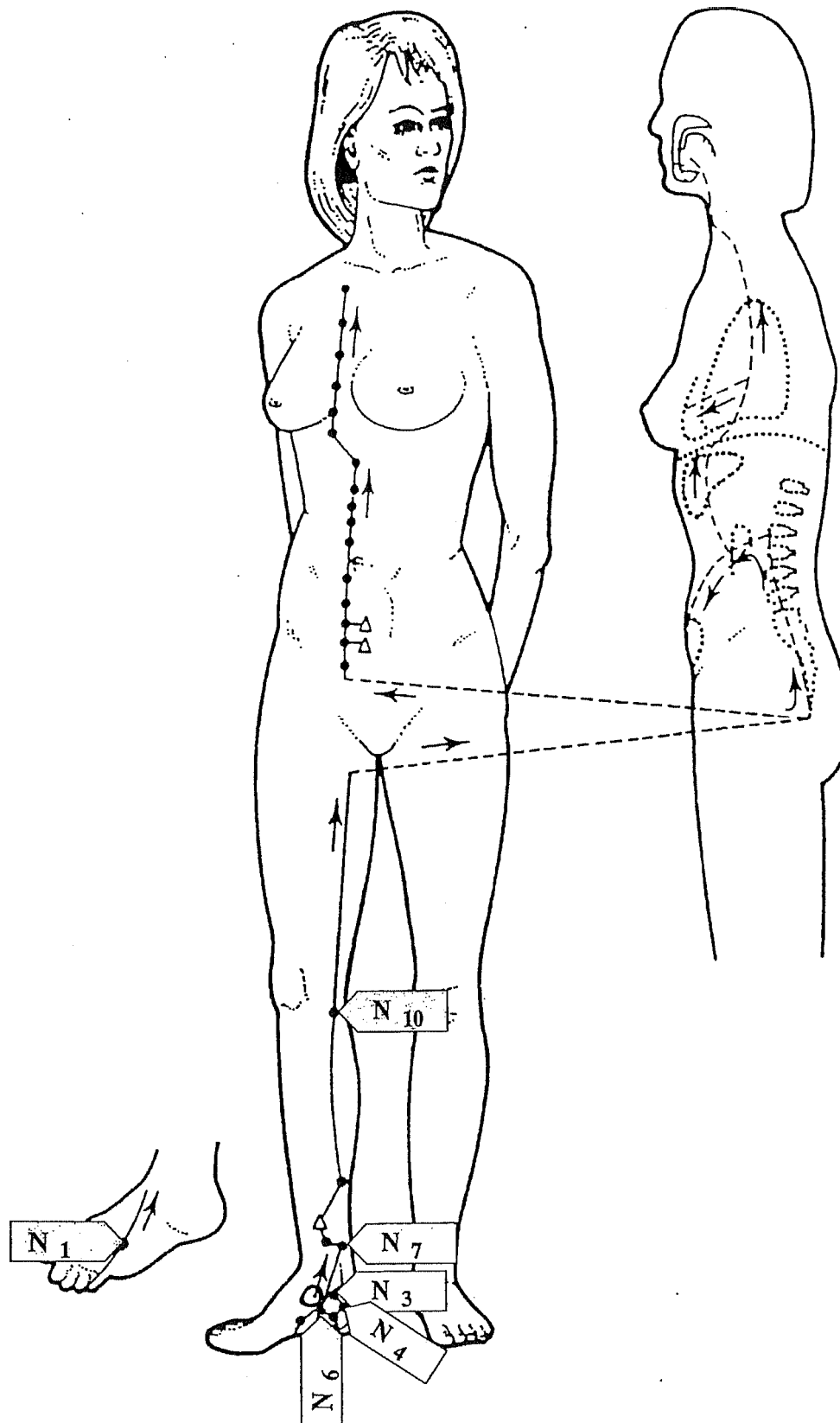


Abb. 25: Verlauf Nierenmeridian

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

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

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

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

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

---

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

### 6.4.9 Der Pericardmeridian

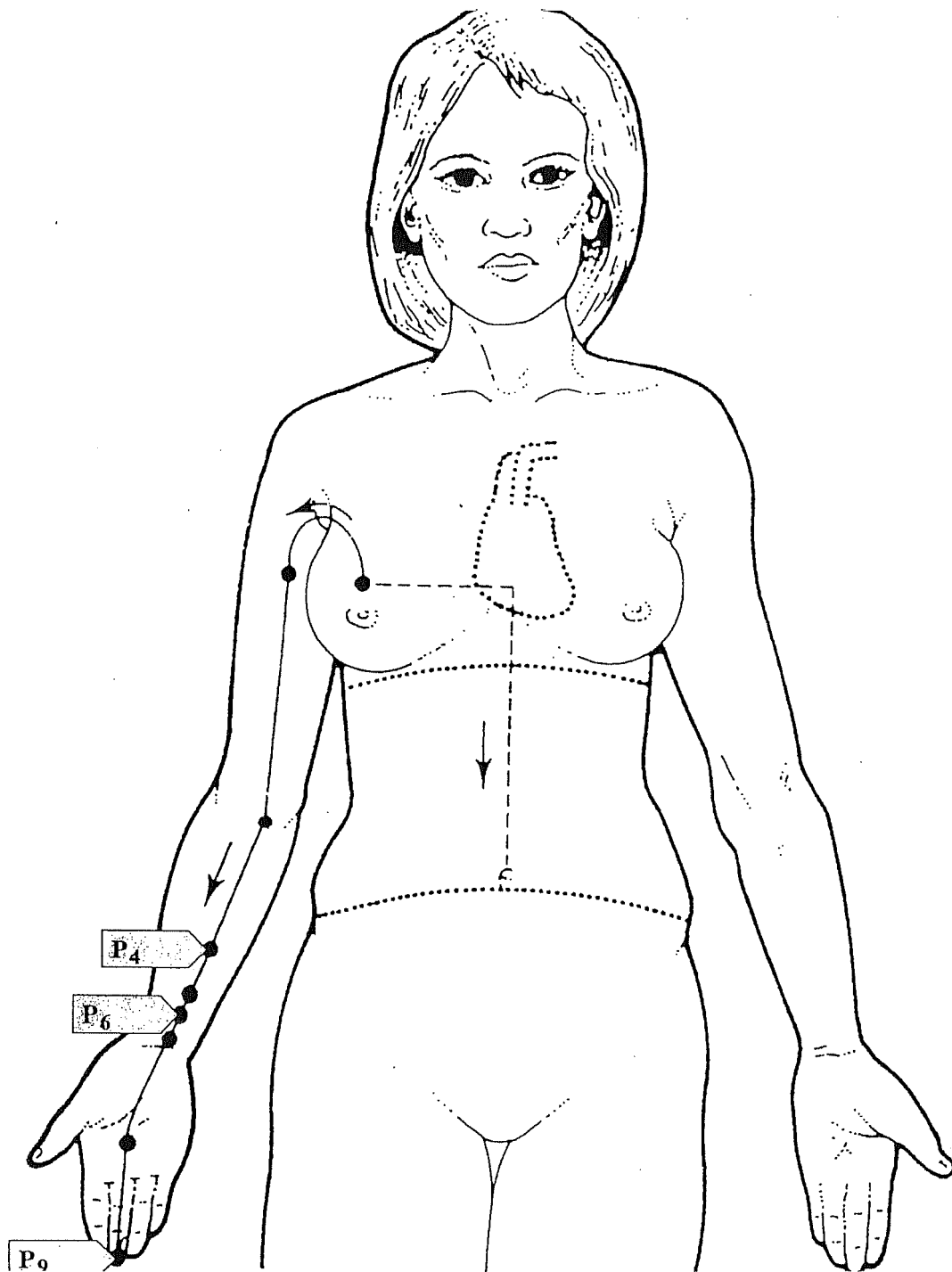


Abb. 26: Verlauf Pericardmeridian

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

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

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

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

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

6.4.10 Der San-Jiao-Meridian (Dreifach Erwärmer)

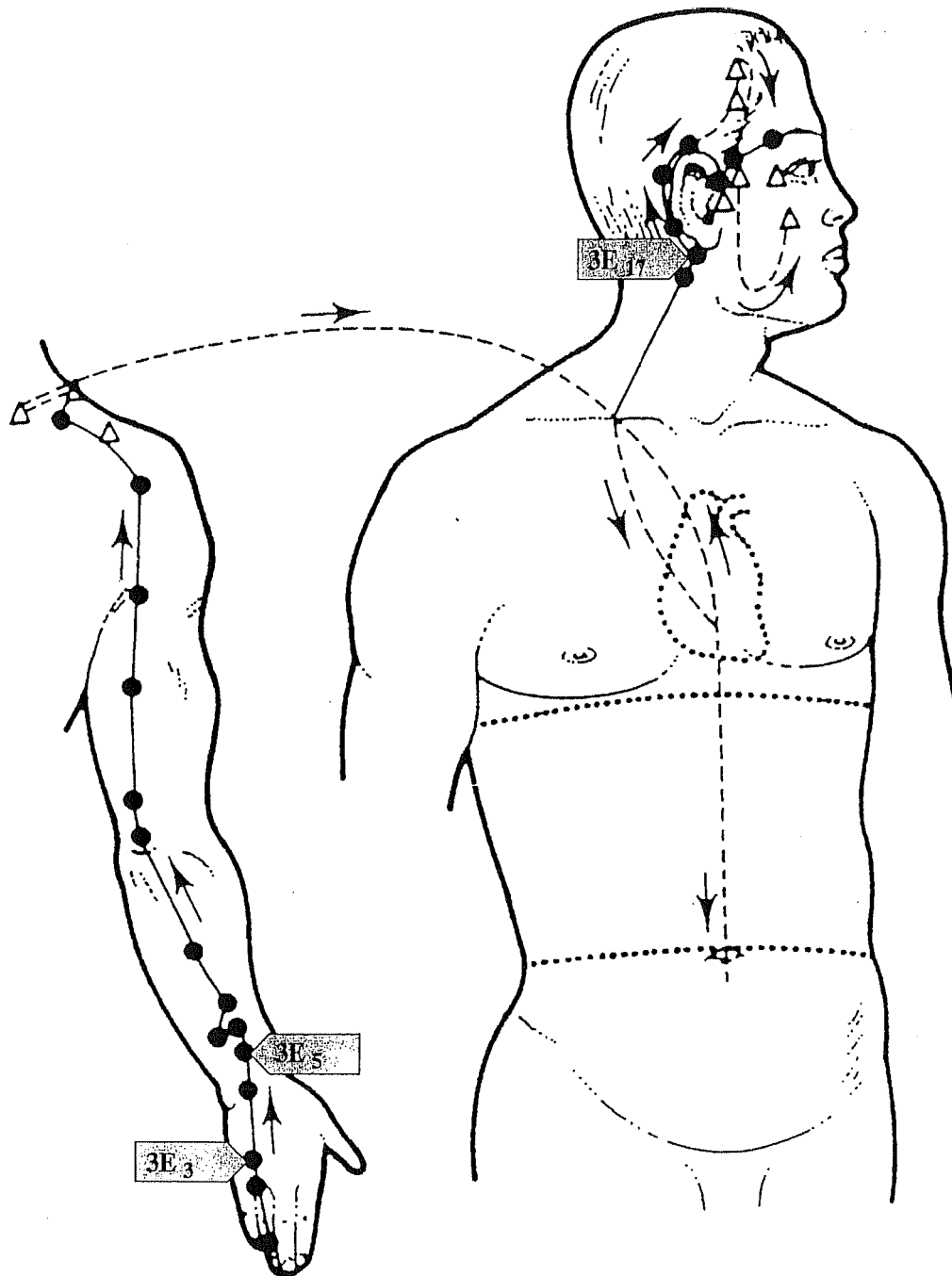


Abb. 27: Verlauf San-Jiao-Meridian

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

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

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

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

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



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

|                        |  |
|------------------------|--|
| <b>3E 17 (Yifeng)!</b> |  |
| <b>Lokalisation:</b>   | Hinter Ohrläppchen, vor Processus mastoideus |
| <b>Indikation:</b>     | Tinnitus, Parotitis, Fazialisparese          |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |  |
| <b>TCM:</b>            |  |
| <b>Besonderheit:</b>   |  |

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

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

### 6.4.11 Der Gallenblasenmeridian

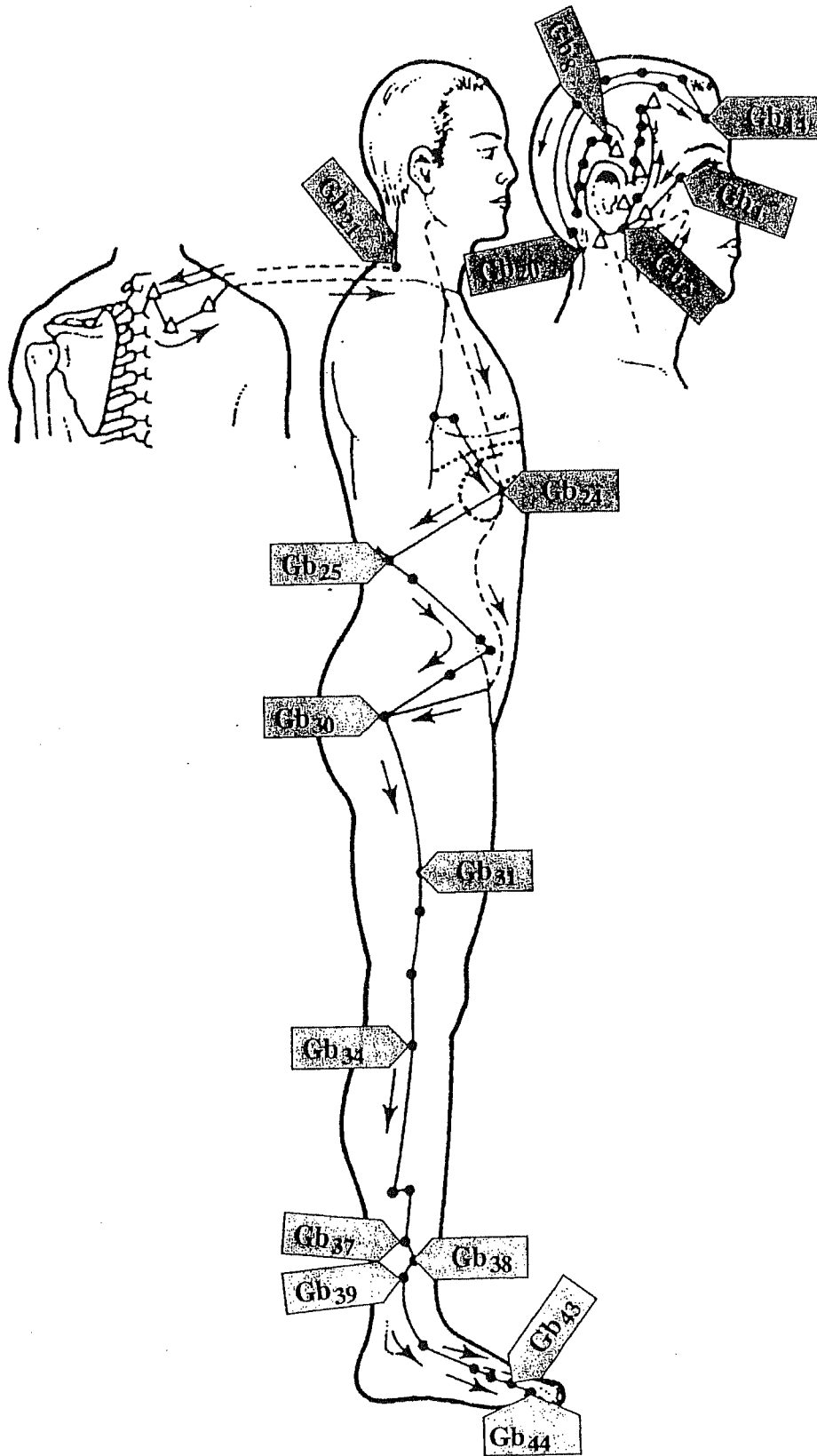


Abb. 28: Verlauf Gallenblasenmeridian

| <b>Gb 1 (Tongziliao)</b> |   |
|--------------------------|---|
| <b>Lokalisation:</b>     | 0,5 Cun lateral äußeren Augenwinkels                        |
| <b>Indikation:</b>       | Augenerkrankungen, Kopfschmerzen, Trigeminusneuralgie, Tics |
| <b>Lokale Wirkung:</b>   |   |
| <b>TCM:</b>              |   |
| <b>Besonderheit:</b>     |   |

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

| <b>GB 43 (Xiaksi)</b>  |  |
|------------------------|--|
| <b>Lokalisation:</b>   | Interdigitalhaut zwischen 4. und 5. Zeh        |
| <b>Indikation:</b>     | Hypertonie, Tinnitus, Gallenblasenerkrankungen |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |  |
| <b>TCM:</b>            |  |
| <b>Besonderheit:</b>   |  |

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

6.4.12 Der Lebermeridian

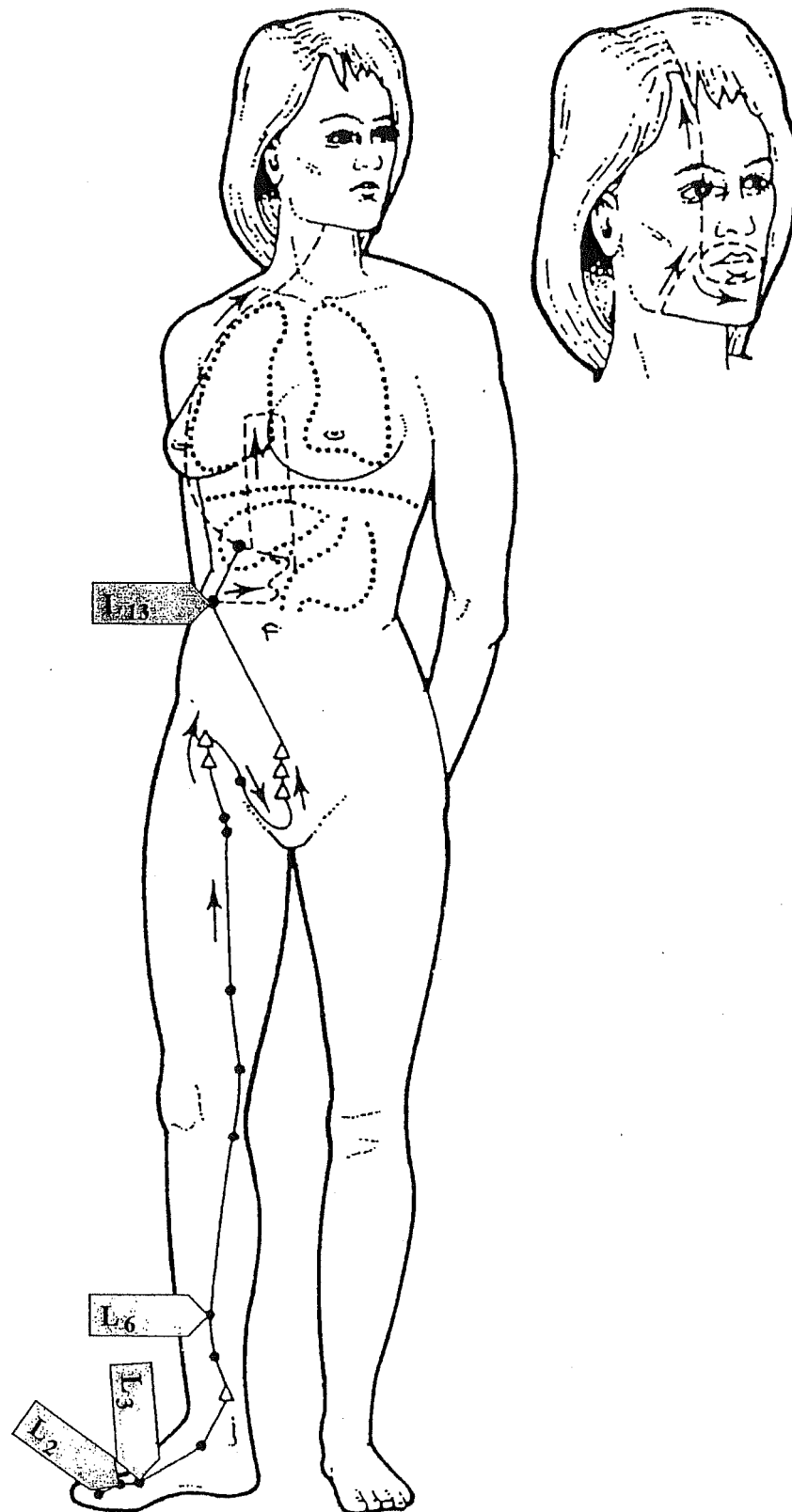


Abb. 29: Verlauf Lebermeridian

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

| <b>Le 3 (Taichong)!</b> |  |
|-------------------------|--|
| <b>Lokalisation:</b>    | Zwischen 1. und 2. Os metatarsale, 2 Cun proximal Interdigitalfalte  |
| <b>Indikation:</b>      | 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 |
| <b>Lokale Wirkung:</b>  |  |
| <b>TCM:</b>             | Harmonisiert Leber Qi, fördert Fließen von Qi im ganzen Körper, ist bei Stagnation von Qi im ganzen Körper indiziert   |
| <b>Besonderheit:</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yuan-Punkt</li> <li>• Wichtig bei Leber und Gallenerkrankungen</li> <li>• Sehr wichtiger Punkt!</li> </ul>  |

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

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



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

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

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

## 6.5 Die außerordentlichen Gefäße

### 6.5.1 Ren Mai (Konzeptionsgefäß)

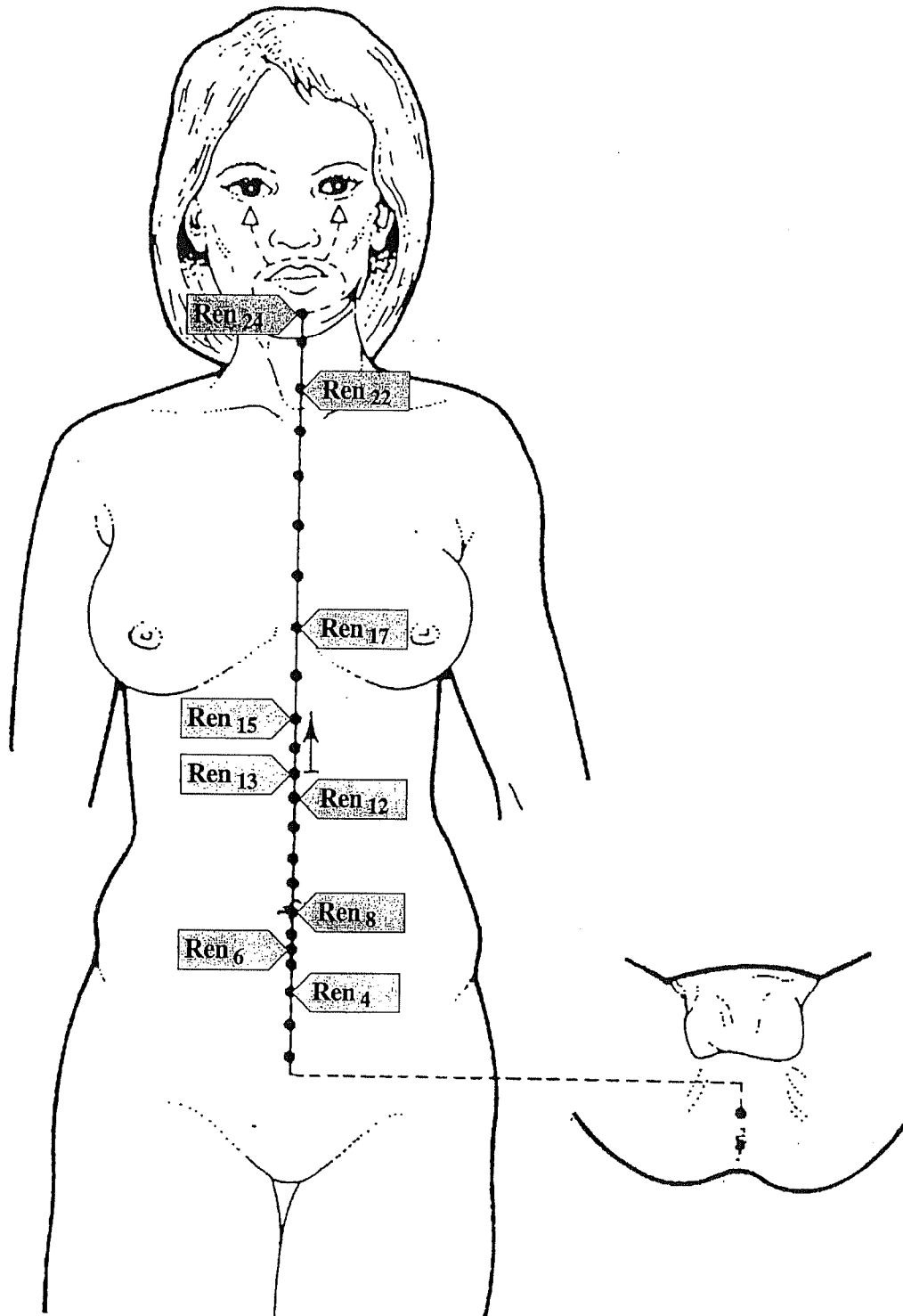


Abb. 30: Verlauf Ren Mai (Konzeptionsgefäß)

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

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

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

| <b>Ren 8 (Shenque)</b> |  |
|------------------------|--|
| <b>Lokalisation:</b>   | Nabel                                      |
| <b>Indikation:</b>     | ☞ Dieser Punkt ist für Akupunktur verboten |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |  |
| <b>TCM:</b>            |  |
| <b>Besonderheit:</b>   |  |

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

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

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

| <b>Ren 22 (Tiantu)!</b> |  |
|-------------------------|--|
| <b>Lokalisation:</b>    | In Fossa jugularis   |
| <b>Indikation:</b>      | Akuter Asthmaanfall, Singultus, Dysphagie, Pharyngitis   |
| <b>Lokale Wirkung:</b>  |  |
| <b>TCM:</b>             |  |
| <b>Besonderheit:</b>    | <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> |

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

---

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

6.5.2 Du-Mai (Lenkergefäß)

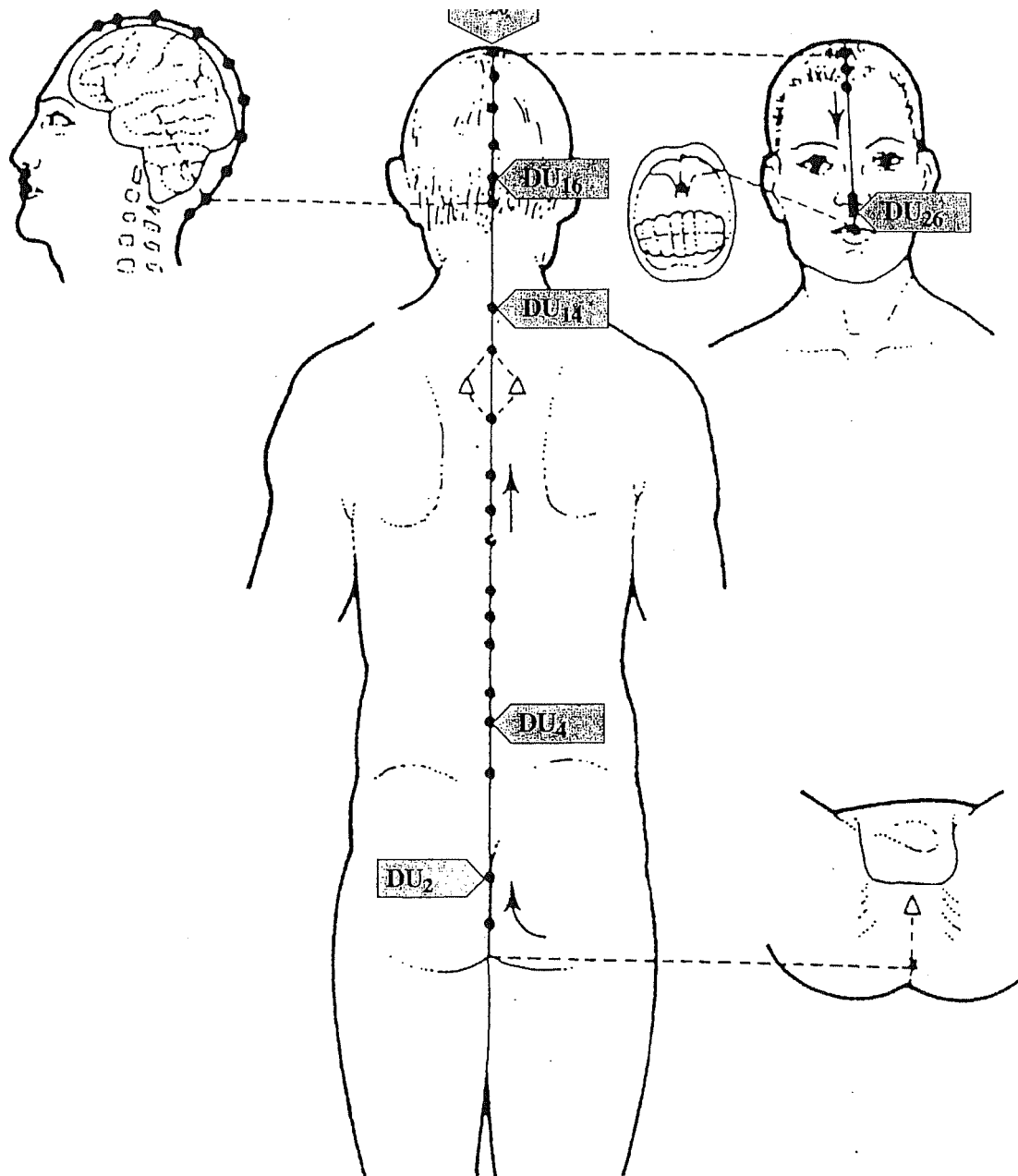


Abb. 31: Verlauf Du-Mai (Lenkergefäß)

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

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

| <b>Du 4 (Mingmen)!</b> |  |
|------------------------|--|
| <b>Lokalisation:</b>   | Zwischen den Dornfortsätzen L 2 und L 3  |
| <b>Indikation:</b>     | Lumbalgie, Ischialgie, Migräne, Kopfschmerzen, Tinnitus, sexuelle Störungen, Urogenitalerkrankungen  |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |  |
| <b>TCM:</b>            | 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 |
| <b>Besonderheit:</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sehr wichtiger Punkt!</li> </ul>  |

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

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

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

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

| <b>Du 20 (Baihui)!</b> |  |
|------------------------|--|
| <b>Lokalisation:</b>   | 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 |
| <b>Indikation:</b>     | Psychisch stark wirksamer Punkt, sedierende und harmonisierende Wirkung. Kopfschmerzen, Migräne, Schlafstörung, Depression, Angst, Entzugerscheinungen, Apoplex, Gedächtnisstörung. Fernpunkt bei urogenitalen und anorektalen Erkrankungen  |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |  |
| <b>TCM:</b>            |  |
| <b>Besonderheit:</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sehr wichtiger Punkt!</li> </ul>  |



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

## 6.6 Extrapunkte

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

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

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

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

**EX BF 6 (Dannang)!**

|                        |                                    |
|------------------------|------------------------------------|
| <b>Lokalisation:</b>   | 2 Cun distal von Gb 34             |
| <b>Indikation:</b>     | Akute und chronische Cholecystitis |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |                                    |
| <b>TCM:</b>            |                                    |
| <b>Besonderheit:</b>   |                                    |

**EX BF 10 (Bafeng)!**

|                        |   |
|------------------------|---|
| <b>Lokalisation:</b>   | 4 Punkte am distalen Rand der Interdigitalfalten                        |
| <b>Indikation:</b>     | Schwellung und Schmerzen des Fußes, Parästhesien der unteren Extremität |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |   |
| <b>TCM:</b>            |   |
| <b>Besonderheit:</b>   |   |

**Ex R 1 (Dingchuan)!**

|                        |                                   |
|------------------------|-----------------------------------|
| <b>Lokalisation:</b>   | 0,5 Cun lateral Proc. spinosus C7 |
| <b>Indikation:</b>     | Asthma, Bronchitis                |
| <b>Lokale Wirkung:</b> |                                   |
| <b>TCM:</b>            |                                   |
| <b>Besonderheit:</b>   |                                   |

**EX R 2 (Jiaji)!**

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

## 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

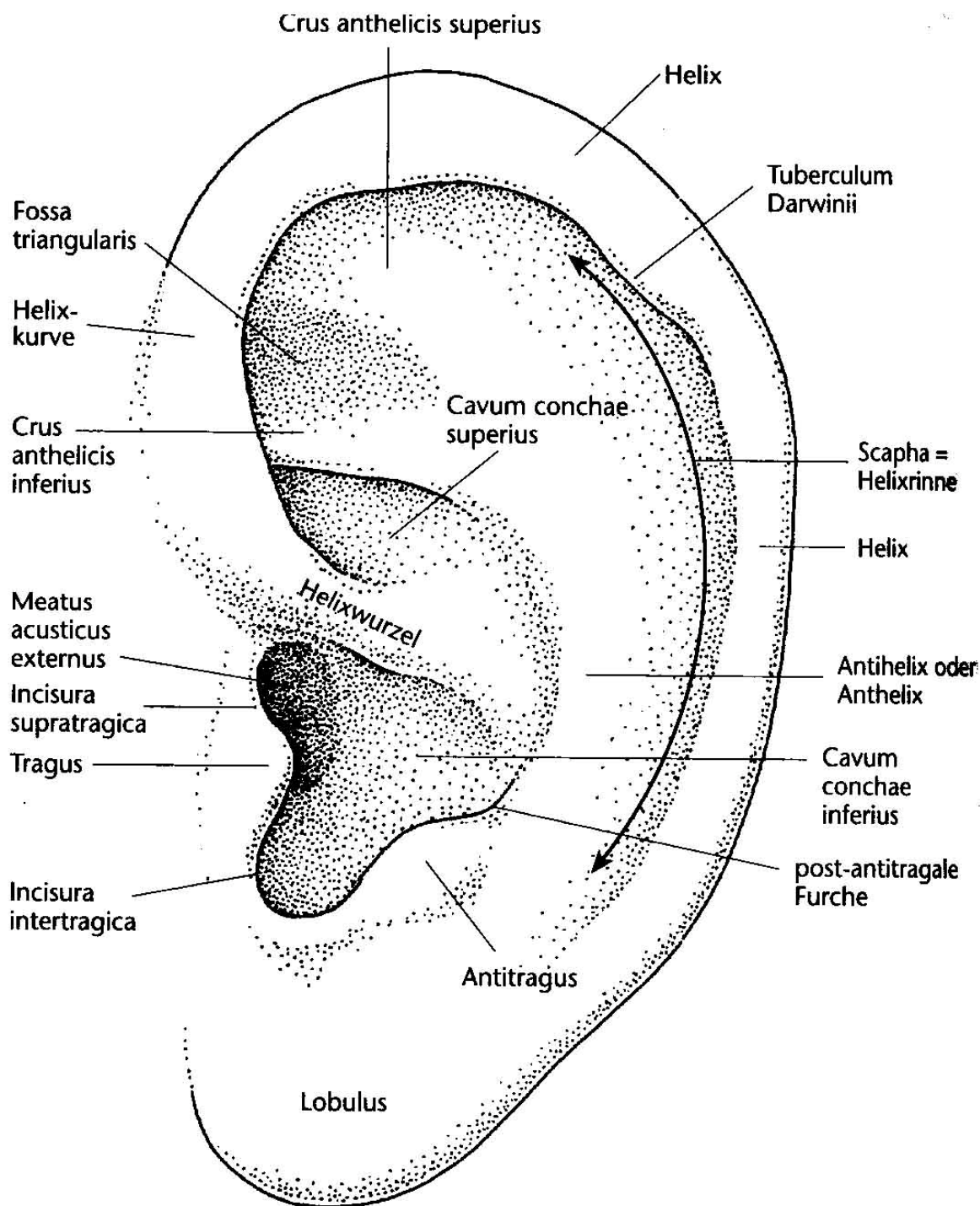


Abb. 32: Die Anatomie der Ohrmuschel (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

### 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.

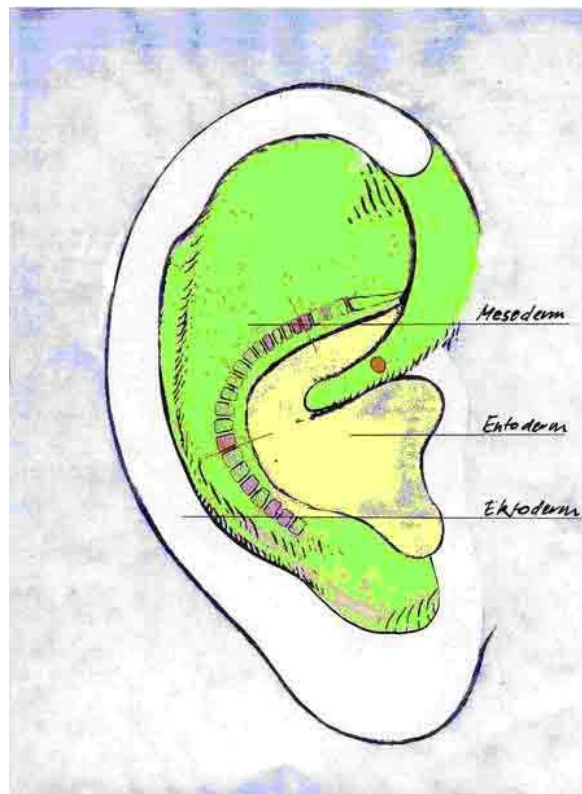


Abb. 33: Keimblattebenen, Innervation des Ohres, Noack 2006

#### 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.

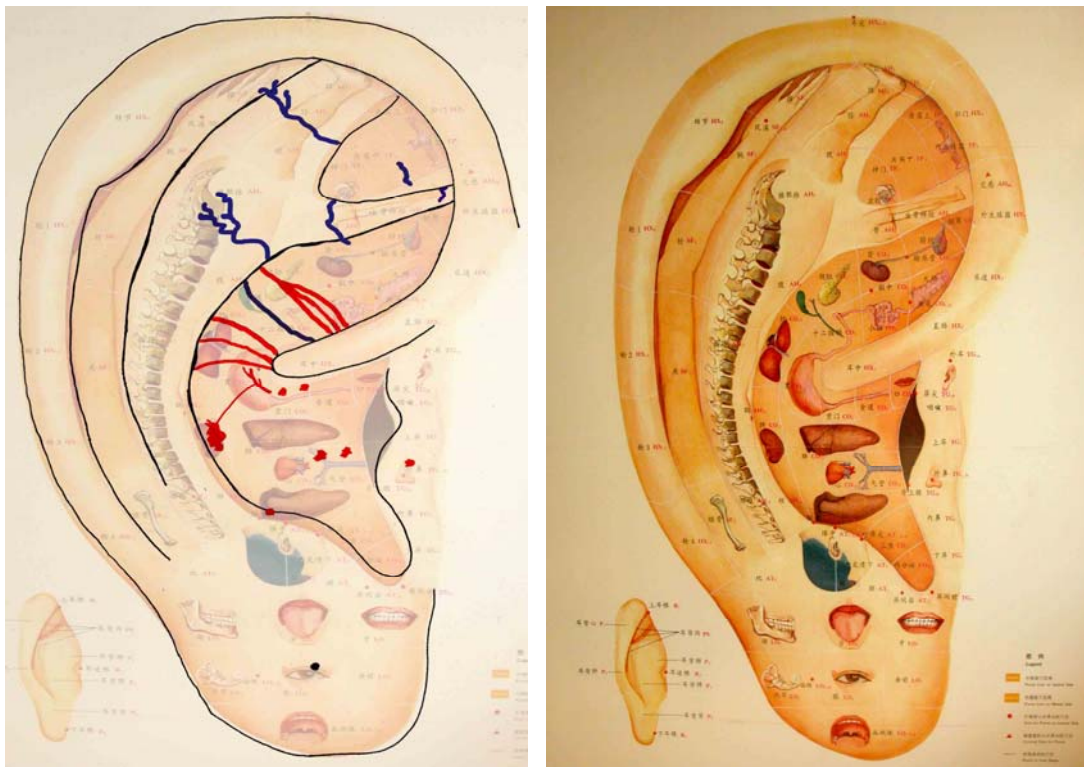


Abb. 34: Links visuelle Diagnostik bei Schmerzprojektionen LWS, Knie, Innerer Organe, Rechts die Ohrkarte der Akademie für Akupunktur und Moxibustion in Peking

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.

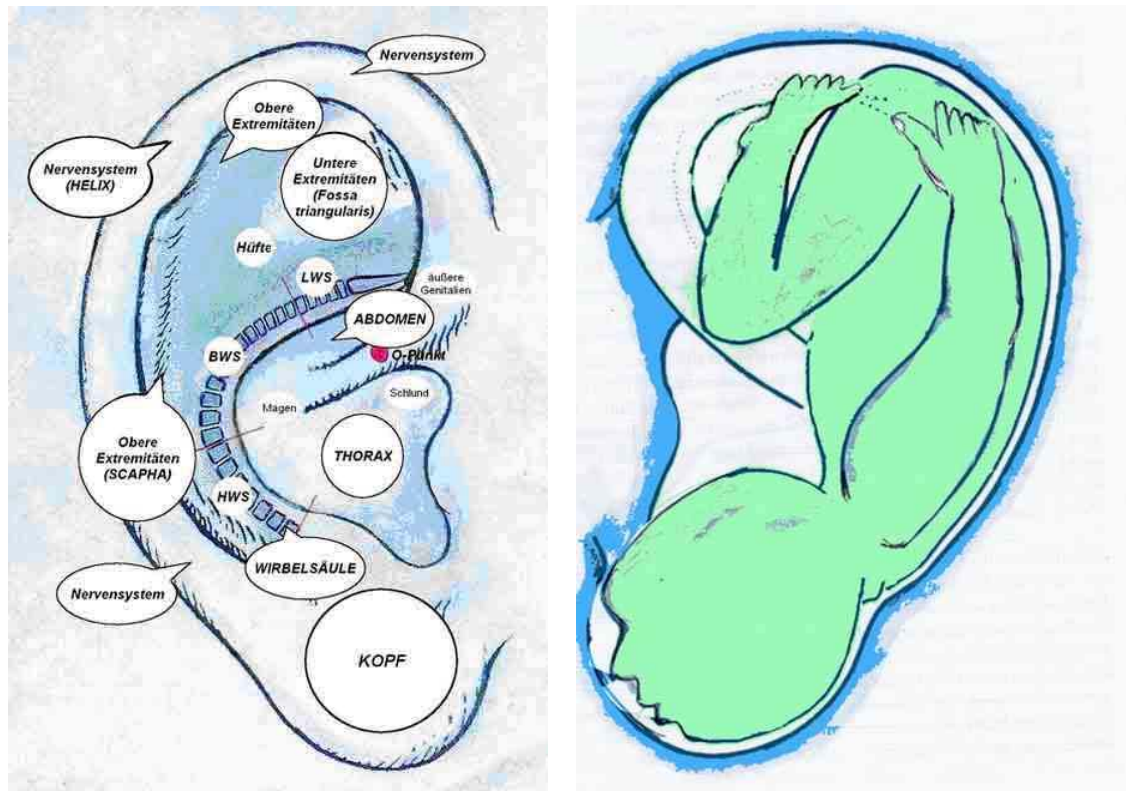


Abb. 35: Somatotopie der Ohrmuschel nach Michael Noack, 2006





### **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.

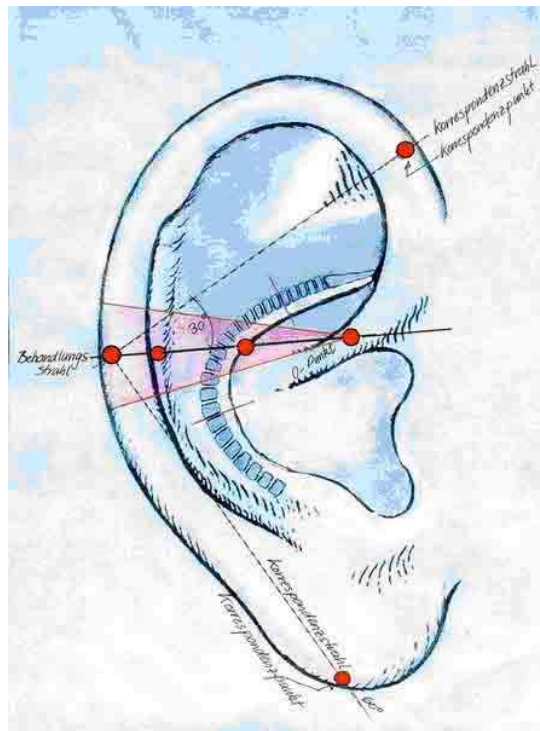


Abb. 37: Ohrgeometrie (Michael Noack, 2006)

Zusätzliche Bedeutung haben Ohrpunkte, die auf so genannten Korrespondenzstrahlen auf einer Linie liegen, welche sich in einem Winkel von  $30^\circ$  oder  $60^\circ$  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  $90^\circ$  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)

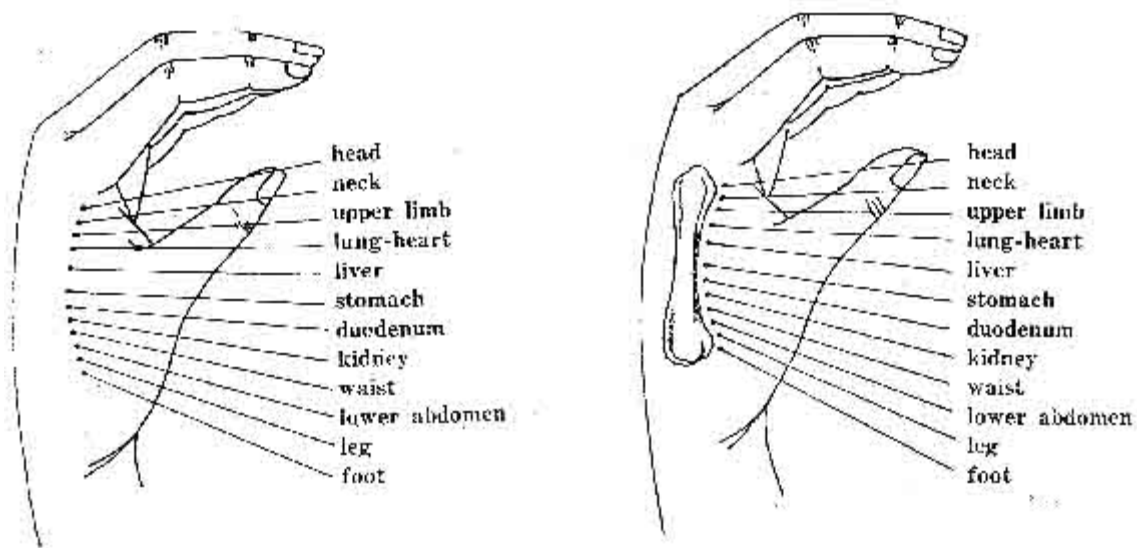


Abb. 38: Korrespondenzbereiche Metacarpale II

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

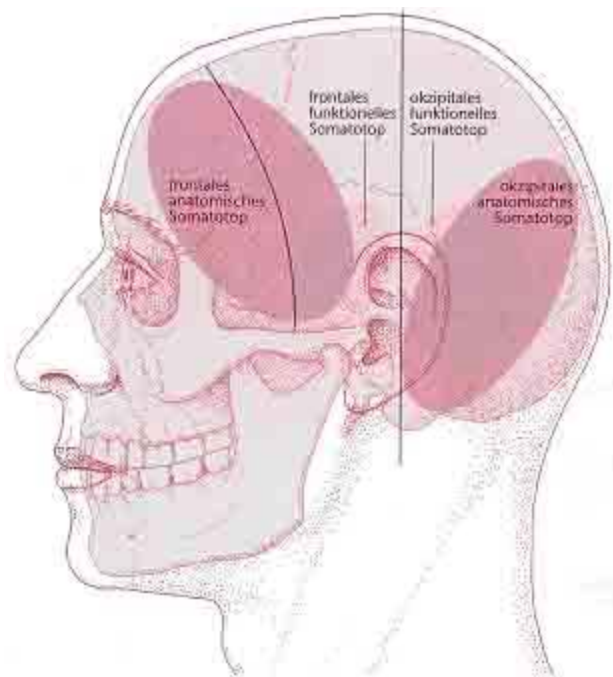


Abb. 39: Anatomische und funktionelle Somatotope (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

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

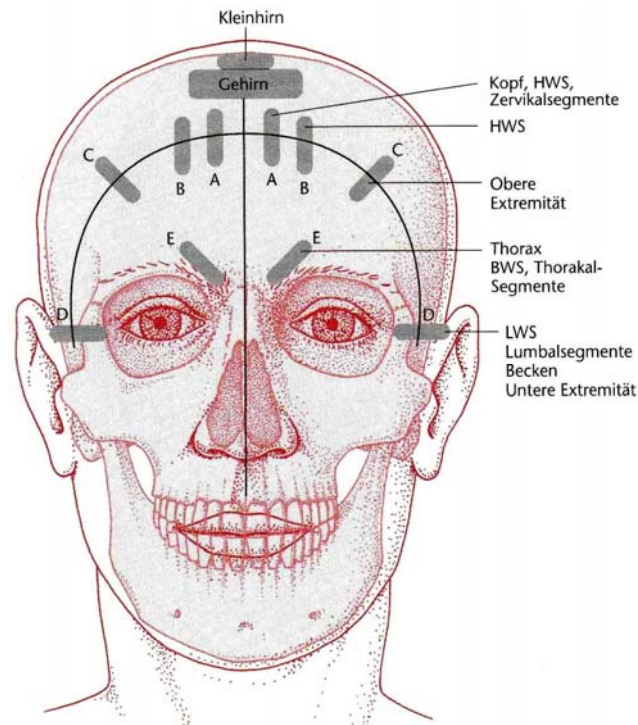


Abb. 40: Basiszonen (aus Focks/Hillenbrand, 2006)

| 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 <sub>1-12</sub> )                                     |

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 Phytotherapie

- Kräutertherapie kommt besonders bei chronischen Krankheiten zum Einsatz
- Tao Hong Jing (452-536) Verfasser eines der umfassendsten Bücher: *Shen Nong Ben Cao Jing* darin 365 Kräuter (jeweils 3 Funktionen) beschrieben

### Wirkungsbezug:

- Oberfläche befreiende Kräuter
- Yang wärme Kräuter
- usw.

### Einteilung der Kräuter

nach: *Temperaturverhalten* (neutral, kühl, warm, heiß, kalt)

*Meridian* (Gb, Pe, Lu, Mi, Ma ...)

*Geschmack* (süß, scharf, salzig, bitter, sauer)

*Indikation*: Schmerz, Füllesymptomatik, Mangelsymptomatik

*Funktion*: Qi-Mangel, Blut-Stase, Qi-Stagnation usw.

### Zubereitung der Kräuter

- Zubereitung als Tee für 2-3 Tg., danach unbedingt frisch kochen
- je akuter u. oberflächlicher, desto kürzer Kochzeit (15min)
- Mineralien evtl. zweimal kochen (vorkochen u. kochen)
- je geringer die Qualität, desto höhere Dosen nötig

### Kosten

ca. 1 - 2 € pro Tag

### Applikationsformen

- zerkleinerte feste Pflanzenteile (Tee)
- Pulver
- Granulat
- Fertigprodukt
- 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
- Tigerknochen

**Fallbeispiel:**

32 Jährige Frau, 500ml Blutverlust subpartu, 10. Tag postpartum, in Laktation

*Disharmoniemuster: Qi-Blut-Schwäche*

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

**Rezept I**

**Si Jinzi 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

- Bläß
- 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
- cholertisch
- 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
- BI 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**

- schlüpfzig, 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**

- Schlüpfzig, 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 LWS, KNIE, INNERER ORGANE, RECHTS DIE<br>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 |

## 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

*Deadman, Peter; Al-Khafaji; Baker*

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

*Focks, Claudia; Hillenbrand, Norman*

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

*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>