

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung	1	5	Die Meridiane	45
1.1	Was ist Akupunktur?	2	5.1	Lungen-Meridian (<i>Feijing</i>)	49
1.1.1	Akupunktur als Vorsorgemaßnahme	2	5.1.1	Lungen-Meridian	49
1.1.2	Akupunktur: Heilmethode ohne Nebenwirkungen	2	5.1.2	Tendinomuskulärer Lungen-Meridian	50
1.2	Entwicklung der Akupunktur	2	5.1.3	Verlauf am Ohr	50
			5.1.4	Die Punkte im Einzelnen	51
			5.1.5	Der Funktionskreis Lunge aus traditioneller Sicht	56
2	Wissenschaftliche Grundlagen der Akupunktur	5	5.2	Dickdarm-Meridian (<i>Dachang-jing</i>)	61
2.1	Überblick	6	5.2.1	Dickdarm-Meridian	61
2.1.1	Akupunktur und Gehirnforschung	6	5.2.2	Tendinomuskulärer Dickdarm-Meridian	62
2.1.2	Akupunktur in der Anästhesie	7	5.2.3	Verlauf am Ohr	63
2.1.3	Akupunkturgrundlagenforschung	7	5.2.4	Die Punkte im Einzelnen	64
2.2	Thermografie und Akupunktur	9	5.2.5	Der Funktionskreis Dickdarm aus traditioneller Sicht	72
2.3	Mikrozirkulation und Akupunktur	11	5.3	Magen-Meridian (<i>Weijing</i>)	75
2.4	Ultraschall und Akupunktur	13	5.3.1	Magen-Meridian	75
2.5	Funktionelles Magnetresonanztomographie und Akupunktur	16	5.3.2	Tendinomuskulärer Magen-Meridian	76
2.6	Nahinfrarotspektroskopie und Akupunktur	17	5.3.3	Verlauf am Ohr	77
2.7	Spontane und evozierte bioelektrische Aktivität des Gehirns und Akupunktur	19	5.3.4	Die Punkte im Einzelnen	78
2.8	Herzratenvariabilität und Akupunktur	19	5.3.5	Der Funktionskreis Magen aus traditioneller Sicht	91
3	Der Platz der Akupunktur in der Schulmedizin	29	5.4	Milz-Pankreas-Meridian (<i>Pijing</i>)	95
			5.4.1	Milz-Pankreas-Meridian	95
			5.4.2	Tendinomuskulärer Milz-Pankreas-Meridian	96
			5.4.3	Verlauf am Ohr	97
			5.4.4	Die Punkte im Einzelnen	97
			5.4.5	Der Funktionskreis Milz aus traditioneller Sicht	105
4	Maßeinheiten, Lokalisation und Kategorien von Akupunkturpunkten ..	33	5.5	Herz-Meridian (<i>Xinjing</i>)	111
4.1	Maßeinheiten	34	5.5.1	Herz-Meridian	111
4.1.1	Kopf- und Nackenbereich	34	5.5.2	Tendinomuskulärer Herz-Meridian	112
4.1.2	Thorax und Abdomen	36	5.5.3	Verlauf am Ohr	112
4.1.3	Rücken-Lendenbereich	36	5.5.4	Die Punkte im Einzelnen	112
4.1.4	Obere Extremitäten	36	5.5.5	Der Funktionskreis Herz aus traditioneller Sicht	117
4.1.5	Untere Extremitäten	36	5.6	Dünndarm-Meridian (<i>Xiaochangjing</i>)	121
4.2	Praktische Hinweise zur Punktlokalisierung in der klassischen Chinesischen Akupunktur	38	5.6.1	Dünndarm-Meridian	121
4.2.1	Allgemeine Vorbemerkungen	38	5.6.2	Tendinomuskulärer Dünndarm-Meridian ..	122
4.2.2	Die Druckschmerzhaftigkeit aktiver Punkte	39	5.6.3	Verlauf am Ohr	123
4.2.3	Das <i>Deqi</i> -Gefühl	39	5.6.4	Die Punkte im Einzelnen	123
4.3	Vorbemerkung zu den Meridianen	39	5.6.5	Der Funktionskreis Dünndarm aus traditioneller Sicht	130
4.3.1	Untersuchung unterschiedlicher Meridiane mit Laserfrequenzen	40	5.7	Blasen-Meridian (<i>Pang-gingjing</i>)	133
4.3.2	Die verschiedenen Arten der Körperakupunkturpunkte	40	5.7.1	Blasen-Meridian	133
			5.7.2	Tendinomuskulärer Blasen-Meridian	135

5.7.3	Verlauf am Ohr	135	6	Außerordentliche Meridiane und	
5.7.4	Die Punkte im Einzelnen	136		Kardinalpunkte	249
5.7.5	Der Funktionskreis Blase aus traditioneller Sicht	156	6.1	Unterschiede zwischen den außerordentlichen Meridianen und den Hauptmeridianen	251
5.8	Nieren-Meridian (<i>Shenjing</i>)	159	6.1.1	Punkte	251
5.8.1	Nieren-Meridian	159	6.1.2	Lenkergesäß und Konzeptionsgefäß	251
5.8.2	Tendinomuskulärer Nieren-Meridian	160	6.1.3	Organzuordnung	251
5.8.3	Verlauf am Ohr	161	6.1.4	Energiefluss	251
5.8.4	Die Punkte im Einzelnen	162	6.1.5	Tonisierungs- und Sedierungspunkte	252
5.8.5	Der Funktionskreis Niere aus traditioneller Sicht	170	6.1.6	Zeitpunkt der Reizsetzung	252
5.9	Kreislauf-Sexualität-Meridian <i>(Xinbaoluojing)</i>	175	6.1.7	Indikationen	252
5.9.1	Kreislauf-Sexualität-Meridian	175	6.2	Indikationen und traditionelle Charakteristik der außerordentlichen Meridiane	252
5.9.2	Tendinomuskulärer Kreislauf-Sexualität- Meridian	176	6.2.1	Indikationen, die den Einsatz der außerordentlichen Meridiane rechtfertigen	252
5.9.3	Verlauf am Ohr	177	6.2.2	Traditionelle Charakteristik	253
5.9.4	Die Punkte im Einzelnen	177	6.3	Die 8 außerordentlichen Meridiane aus traditioneller Sicht (<i>Qijingbama</i>)	253
5.9.5	Der Funktionskreis Kreislauf-Sexualität aus traditioneller Sicht	182	6.3.1	Etymologie	253
5.10	Dreifacher-Erwärmer-Meridian <i>(Sanjiaojing)</i>	185	6.3.2	Einteilung der außerordentlichen Meridiane und Kardinalpunkte	253
5.10.1	Dreifacher Erwärmer-Meridian	185	6.4	Gesäß der breiten Bahn (<i>Chongmai</i>)	254
5.10.2	Tendinomuskulärer Dreifacher-Erwärmer- Meridian	186	6.4.1	Charakteristik	254
5.10.3	Verlauf am Ohr	187	6.4.2	Verlauf	254
5.10.4	Die Punkte im Einzelnen	188	6.4.3	Funktionen	255
5.10.5	Der Funktionskreis Dreifacher Erwärmer aus traditioneller Sicht	196	6.4.4	Indikationen	256
5.11	Gallenblasen-Meridian (<i>Danjing</i>)	199	6.5	Haltegefäß des Yin (<i>Yinweimai</i>)	257
5.11.1	Gallenblasen-Meridian	199	6.5.1	Charakteristik	257
5.11.2	Tendinomuskulärer Gallenblasen- Meridian	201	6.5.2	Verlauf	257
5.11.3	Verlauf am Ohr	201	6.5.3	Funktionen	258
5.11.4	Die Punkte im Einzelnen	202	6.5.4	Indikationen	259
5.11.5	Der Funktionskreis Gallenblase aus traditioneller Sicht	215	6.6	Gürtelgefäß (<i>Daimai</i>)	260
5.12	Leber-Meridian (<i>Ganjing</i>)	217	6.6.1	Charakteristik	260
5.12.1	Leber-Meridian	217	6.6.2	Verlauf	260
5.12.2	Tendinomuskulärer Leber-Meridian	218	6.6.3	Funktionen	261
5.12.3	Verlauf am Ohr	218	6.6.4	Indikationen	261
5.12.4	Die Punkte im Einzelnen	219	6.7	Haltegefäß des Yang (<i>Yangweimai</i>)	262
5.12.5	Der Funktionskreis Leber aus traditioneller Sicht	225	6.7.1	Charakteristik	262
5.13	Lenkergesäß (<i>Dumai</i>)	229	6.7.2	Verlauf	262
5.13.1	Das Lenkergesäß = Gouverneurgesäß	229	6.7.3	Funktionen	263
5.13.2	Verlauf am Ohr	230	6.7.4	Indikationen	263
5.13.3	Die Punkte im Einzelnen	230	6.8	Lenkergesäß (<i>Dumai</i>)	264
5.14	Konzeptionsgefäß (<i>Renmai</i>)	239	6.8.1	Charakteristik	264
5.14.1	Das Konzeptionsgefäß	239	6.8.2	Verlauf	264
5.14.2	Verlauf am Ohr	240	6.8.3	Funktionen	265
5.14.3	Die Punkte im Einzelnen	240	6.8.4	Indikationen	265
			6.8.5	Anmerkungen	265
			6.9	Aufsteigendes Yang-Gesäß (<i>Yangqiaomai</i>)	267
			6.9.1	Charakteristik	267
			6.9.2	Verlauf	267

Inhaltsverzeichnis

6.9.3	Funktionen	268	8.5	Brust- und Bauchbereich	304
6.9.4	Indikationen	268	8.6	Rücken und Becken	310
6.10	Konzeptionsgefäß (<i>Renmai</i>)	269	8.7	Schulter und Arme von hinten und von der Seite	314
6.10.1	Charakteristik	269	8.8	Handrücken	317
6.10.2	Verlauf	269	8.9	Schulter und Arme von vorn	318
6.10.3	Funktionen	270	8.10	Handinnenfläche	320
6.10.4	Indikationen	270	8.11	Beinvorderseite mit Hüfte	321
6.11	Aufsteigendes Yin-Gefäß (<i>Yinqiaomai</i>)	271	8.12	Beininnenseite	323
6.11.1	Charakteristik	271	8.13	Fußaußensicht	324
6.11.2	Verlauf	271	8.14	Fußinnenseite	325
6.11.3	Funktionen	272	8.15	Fußaußenseite	326
6.11.4	Indikationen	272			
6.12	Allgemeine Hinweise zur Anwendung der Kardinalpunkte	273	9	Einführung in die Akupunkturpraxis	327
6.13	Beispiele aus der neuen chinesischen Literatur	273	9.1	Grundsätzliche Überlegungen	328
7	Die wichtigsten Extrapunkte	277	9.1.1	Vorbemerkung	328
7.1	Extrapunkte im Kopf- und Halsbereich (EX-HN, head and neck)	278	9.1.2	Das „strategische Schema“	328
7.2	Extrapunkt im Brust- und Bauchbereich (EX-CA, chest and abdomen)	284	9.2	Akupunkturrempfehlungen für die Praxis	337
7.3	Extrapunkte im Bereich des Rückens (EX-B, back)	285	9.2.1	Vorbemerkung	337
7.4	Extrapunkte der oberen Extremität (EX-UE, upper extremities)	288	9.2.2	Die Punktprogramme	337
7.5	Extrapunkte der unteren Extremität (EX-LE, lower extremities)	293	10	Prüfungsfragen	365
8	Topografische Darstellung der Akupunkturpunkte	297	10.1	Prüfungsfragen an der „Akupunktur-Puppe“	366
8.1	Kopf von vorn	298	10.2	Antworten „Akupunktur-Puppe“	381
8.2	Kopf und Hals von der Seite	300	10.3	Prüfungsfragen zum Verständnis der klassischen Akupunktur	387
8.3	Kopf von oben	302	10.4	Antworten „Verständnis der klassischen Akupunktur“	390
8.4	Nacken	303		Anhang	391
				Der Energiemeridian	392
				Index	397