

Inhalt

Vorwort des Autors	7
Vorwort	11
Danksagung	13
Einführung in die Chinesische Medizin	15
Geschichte	15
Die Philosophie des Daoismus	19
Schulmedizin und Chinesische Medizin	25
Grundkonzepte der Chinesischen Medizin	31
Das universale Konzept – Yin und Yang	31
Die Fünf Wandlungsphasen	38
Die »Energien im Körper«: Das Konzept des Qi	43
Das Leitbahnsystem	52
Die Organe und ihre Funktionen	66
Die krankheitsauslösenden Faktoren	75
Diagnose in der Chinesischen Medizin	80
Von der Diagnose zur Therapie	86
Die fünf Säulen der Chinesischen Medizin	89
Einleitung	89
Kräuterheilkunde	90
Akupunktur und Moxibustion	94
Ernährungslehre	97
Massage (Tuina)	108
Qigong	117
Schlußbetrachtungen	133

Die große Unterweisung	138
Anhang	139
Glossar	139
Kommentierte Literatur/Bibliographie	141
Adressen und Bezugsquellen	144