

Inhaltsverzeichnis

1	Zur Geschichte der Akupunktur	1
2	Wissenschaftliche Grundlagen der Akupunktur (B. Pomeranz)	3
2.1	Akupunkturanalgesie – neurophysiologische Grundlagenforschung	3
2.1.1	Neurale Mechanismen der Akupunkturanalgesie	5
2.1.2	Wissenschaftliche Belege für die Rolle der Endorphine in der Akupunkturanalgesie	11
2.1.3	Experimentelle Belege für den Zusammenhang von Mittelhirnmonoaminen und Akupunkturanalgesie	20
2.1.4	Experimentelle Belege für die Beteiligung des Hypothalamus-Hypophysen-Systems an der Akupunkturanalgesie	23
2.1.5	Schlußfolgerungen	23
2.2	Akupunkturanalgesie bei chronischen Schmerzzuständen	23
2.3	Akupunktur und Drogenentzug	23
2.4	Akupunktur und Nervenregeneration, antiemetische, urogenitale und kardiovaskuläre Akupunkturwirkungen	27
2.5	Akupunkturpunkte – gibt es sie wirklich?	29
2.5.1	Führt die Nadelung an den Akupunkturpunkten zu besseren Ergebnissen als an Nicht-Akupunktur?	30
2.5.2	Gibt es spezifische anatomische Strukturen an Akupunkturpunkten?	30
2.5.3	Besitzen Akupunkturpunkte spezifische physiologische Eigenschaften (z. B. niedrigen Hautwiderstand, hohes elektrisches Potential, Hautströme)?	32
2.5.4	Welche Nervenfasern werden durch Akupunktur aktiviert?	35
	Literatur	38
3	Hintergründe und Theorien der traditionellen chinesischen Medizin	50
3.1	Tao, Yin und Yang	50
3.2	Die Lebensenergie Qi	52
3.3	Jing, die Lebensessenz	54
3.4	Shen, der Geist, die psychische Energie	54
3.5	Störungen des Qi	54
3.6	Ätiologie der chinesischen Medizin	56
3.7	Das System der fünf Wandlungsphasen	56
3.8	Äußere klimatische Faktoren	58
3.8.1	Beschreibung der einzelnen klimatischen Faktoren	58
3.9	Innere emotionale Faktoren	60

4	Diagnostik in der traditionellen chinesischen Medizin	61
4.1	Acht diagnostische Kategorien, Ba gang	61
4.2	Innen und Außen	61
4.3	Fülle oder Schwäche	62
4.4	Hitze und Kälte	63
4.5	Yin und Yang	64
4.6	Vier Untersuchungen, Si jian	64
4.7	Betrachten Wang	65
4.8	Hören und Riechen Wen	66
4.9	Erfragen Wen	67
4.10	Untersuchen	68
5	Chinesisches System der Meridiane, Organe und Punkte	69
5.1	Meridiane und Organe	69
5.2	Darstellung der Punktekategorien	75
5.2.1	Shu-, dorsale Segmentpunkte oder Transportpunkte	76
5.2.2	Mu- oder segmentale Alarmpunkte	76
5.2.3	Meisterpunkte, Hui Xue	76
5.2.4	Akutpunkte, Xi-Punkte	78
5.2.5	Antike Punkte oder Shu-Punkte	78
5.2.6	Tonisierungspunkt	80
5.2.7	Sedierungspunkt	80
5.2.8	Der 1. Antike Punkt, Jing-Punkt (Ursprung)	80
5.2.9	Der 2. Antike Punkt, Ying-Punkt (Bach)	80
5.2.10	Der 3. Antike Punkt, Yuan-Punkt, Shu-Punkt (kleiner Fluß)	82
5.2.11	Der 4. Antike Punkt, Jing-Punkt (Fluß)	82
5.2.12	Der 5. Antike Punkt, He-Punkt (Delta, Mündung)	82
5.2.13	Verbindungspunkt, Luo-Punkt	84
5.2.14	Kardialpunkt	85
5.3	Methoden der Punktelokalisation	85
5.3.1	Anatomische Anhaltsstellen	85
5.3.2	Proportionale Messung mit Hilfe des Cun-Maßes (Cun-Messung)	86
5.3.3	Proportionale Messung	86
5.3.4	Lokalisation durch Einnehmen einer besonderer Lage	88
5.3.5	Lokalisation mit Hilfe von Widerstandsmessung	88
5.3.6	Lokalisation, indem man andere Punkte als Ausgangspunkt wählt	88
5.3.7	Kombination von mehreren Methoden	88
5.3.8	Aufsuchen von Punkten, die schmerzhaft sind oder eine Veränderung ihrer tastbaren Konsistenz aufweisen	88
6	Systematische Darstellung der Meridiane und Punkte	90
6.1	Lungenmeridian Lu.	90
6.2	Dickdarmmeridian Di.	98
6.3	Magenmeridian Ma.	108
6.4	Milz-Pankreas-Meridian MP.	124
6.5	Herzmeridian He.	132
6.6	Dünndarmmeridian Dü.	138
6.7	Blasenmeridian Bl.	146
6.8	Nierenmeridian Ni.	166

6.9	Perikardmeridian, Kreislaufmeridian Pe.	172
6.10	Drei Erwärmer-Meridian, Sanjiao-Meridian SJ.	178
6.11	Gallenblasenmeridian Gb.	186
6.12	Lebermeridian Le.	198
6.13	Lenkergesäß Du Mai	204
6.14	Konzeptionsgefäß Ren Mai	212
6.15	Gefäß der breiten Bahn Chong Mai	218
6.16	Gürtelgefäß Dai Mai	220
6.17	Aufsteigendes Yang Gefäß Yangqiao	220
6.18	Aufsteigendes Yin Gefäß Yingqiao	220
6.19	Haltegefäß des Yang Yangwei	220
6.20	Haltegefäß des Yin Yinwei	224
6.21	Extrapunkte Ex.	224
6.21.1	Weitere Extrapunkte	231
7	Regionen mit den wichtigsten Akupunkturpunkten	234
7.1	Gesicht	234
7.1.1	Im Bereich der Augen	234
7.1.2	Im Bereich der Ohren	234
7.1.3	Im Bereich der Nase und der Wange	236
7.2	Nacken	236
7.3	Rücken	238
7.4	Abdomen	240
7.4.1	Epigastrium	240
7.4.2	Mittel- und Unterbauch	240
7.5	Schulter	242
7.6	Kniegelenk	242
8	Technik der Akupunktur	244
8.1	Akupunkturnadeln	244
8.2	Methoden der Nadelung und Stimulation	245
8.3	De Qi-Gefühl	247
8.4	Tonisierende und sedierende Methoden der Nadelstimulation	247
8.5	Elektrostimulation	248
8.6	Sterilisation der Nadeln	250
8.7	Komplikationen der Akupunkturtherapie	250
9	Moxibustion	252
9.1	Indikation und Anwendung	252
9.2	Direkte Moxibustion	253
9.3	Indirekte Moxibustion	253
9.4	Moxibustion mit „Moxazigarren“	254
9.5	Moxibustion mit Erhitzung der Nadeln	255
9.6	Moxibustion mit Moxakästchen	256
9.7	Infrarotmoxibustion	256
9.8	Punktauswahl bei der Moxibustion	257
9.9	Patienten Selbstbehandlung mit Moxibustion	258

10	Laserakupunktur	259
10.1	Vorteile der Laserakupunktur	259
10.2	Nachteile der Lasertherapie	260
10.3	Anwendung der Lasertherapie	260
11	Akupressur	261
12	Grundlagen der Ohrakupunktur	264
12.1	Technik der Ohrakupunktur	266
12.2	Repräsentanz des Körpers auf der Ohrmuschel	268
12.3	Numerierung der Ohrpunkte bei der chinesischen Ohrakupunktur	270
12.4	Chinesische Regeln der Punktauswahl am Ohr	274
13	Schädelakupunktur	276
13.1	Vierzehn Behandlungslinien	276
13.2	Methodik	280
14	Handakupunktur	282
14.1	Punkte an der Dorsalseite	282
14.2	Punkte an der Palmarseite	286
15	Akupunkturtherapie spezieller Krankheitsbilder	289
15.1	Prinzipien der Akupunkturtherapie und Regeln für die Auswahl von Punkten	289
15.2	Erkrankungen des Bewegungsapparates	301
15.2.1	Kiefergelenkarthrose	302
15.2.2	HWS-Syndrom, Tortikollis, zervikale Spondylosis, rheumatoide Arthritis	302
15.2.3	Interkostalneuralgie, Thoraxprellung, ankylosierende Spondylitis, Zosterneuralgie	303
15.2.4	LWS-Syndrom, Lumbalgie, Lumboischialgie, Ischialgie	303
15.2.5	Schulter-Arm-Syndrom, Periarthritis humeroscapularis	304
15.2.6	Epikondylitis, Tennisellbogen	305
15.2.7	Schmerzen des Handgelenks	305
15.2.8	Schmerzen der Hand, rheumatoide Arthritis, Dupuytren-Kontraktur	305
15.2.9	Koxarthrose, Koxarthrit	306
15.2.10	Gonarthrose, Schmerzen des Kniegelenks	306
15.2.11	Schmerzen des Sprunggelenks	306
15.2.12	Schmerzen der Zehen	307
15.2.13	Rheumatoide Arthritis	307
15.3	Erkrankungen der Atmungsorgane	308
15.3.1	Grippaler Infekt, Erkältungskrankheiten	309
15.3.2	Tonsillitis, Laryngitis	310
15.3.3	Sinusitis maxillaris	310

15.3.4	Sinusitis frontalis	310
15.3.5	Chronische Bronchitis	310
15.3.6	Asthma bronchiale	311
15.4	Kardiovaskuläre Erkrankungen	312
15.4.1	Koronare Herzerkrankungen mit Angina pectoris	312
15.4.2	Herzneurosen	312
15.4.3	Herzrhythmusstörungen	312
15.4.4	Erschöpfungszustände bei Herzerkrankungen	313
15.4.5	Hypertonie	313
15.4.6	Hypotonie	314
15.4.7	Periphere Durchblutungsstörungen	314
15.5	Gastroenterologische Erkrankungen	314
15.5.1	Ösophagitis, Dysphagie	315
15.5.2	Gastritis, Gastroenteritis	315
15.5.3	Ulcus ventriculi et duodeni	316
15.5.4	Diarrhö	316
15.5.5	Irritables Kolon, Reizdarm	317
15.5.6	Obstipation	318
15.5.7	Hämorrhoiden, Analfissuren	318
15.5.8	Cholangitis, Cholezystitis, Gallenwegdyskinesie, Gallenkolik	318
15.5.9	Hepatitis	318
15.6	Psychische Störungen und psychiatrische Erkrankungen	319
15.6.1	Depression	319
15.6.2	Psychogene Erschöpfungszustände	321
15.6.3	Erregungszustände	321
15.6.4	Schlafstörungen	321
15.6.5	Schizophrenie	322
15.6.6	Suchterkrankungen, Drogenabhängigkeit	322
15.6.7	Alkoholabhängigkeit	323
15.6.8	Zigarettenabhängigkeit	323
15.6.9	Adipositas, Gewichtsabnahme	323
15.6.10	Sexuelle Störungen	324
15.7	Neurologische Erkrankungen	324
15.7.1	Kopfschmerzen und Migräne	325
15.7.2	Trigeminusneuralgie	327
15.7.3	Hemiparesen	328
15.7.4	Fazialisparese	328
15.7.5	Epilepsie	330
15.8	Gynäkologische Erkrankungen	330
15.8.1	Dysmenorrhö	330
15.8.2	Amenorrhö	331
15.8.3	Adnexitis, Salpingitis	332
15.8.4	Schmerzen bei Tumoren im Beckenraum	332
15.8.5	Pruritis vulvae	333
15.8.6	Hyperemesis gravidarum	333
15.8.7	Analgesie während der Geburt	333
15.8.8	Laktationsschwäche	334
15.9	Urologische Erkrankungen	335
15.9.1	Pyelonephritis, Harnwegsinfekte, chronische Glomerulonephritis	335

15.9.2	Nierenkolik	336
15.9.3	Prostatitis, Uroneurosen	336
15.9.4	Impotenz, Fertilitätsstörungen beim Mann	336
15.9.5	Enuresis	337
15.10	Hauterkrankungen	337
15.10.1	Acne vulgaris	338
15.10.2	Ulcus cruris, schlecht heilende Wunden	339
15.10.3	Ekzeme, endogenes Ekzem	339
15.10.4	Psoriasis	339
15.10.5	Herpes zoster, Zosterneuralgien	339
15.10.6	Herpes simplex	340
15.11	Erkrankungen der Sinnesorgane	340
15.11.1	Schwerhörigkeit	340
15.11.2	Tinnitus	341
15.11.3	Menière-Krankheit, Schwindel, Reisekrankheit, Labyrinthitis	341
15.11.4	Chronische Konjunktivitis	341
15.11.5	Glaucoma simplex	342
15.11.6	Visusschwäche	342
15.12	Akute Krankheitsbilder und Notfälle	342
15.12.1	Ohnmacht, Kreislaufkollaps	343
15.12.2	Epileptischer Anfall	343
15.12.3	Akute Schmerzzustände	343
16	Traditionelle chinesische Syndrome (Ätiologie, Pathogenese, Symptomatik und Therapie)	344
17	Zusätzliche Methoden der Therapie	368
17.1	Chakrenakupunktur	368
17.2	Awareness Release Technique (ART)	372
Anhang		375
A.	Deutsche Standardnomenklatur der Akupunktur	376
B.	WHO-Indikationsliste für Akupunktur	379
C.	Vergleich der Nomenklaturen Deutsch-Englisch	380
D.	Übersetzung chinesischer Ideogramme und Punktenamen	381
E.	Chinesische Punktenamen in alphabetischer Reihenfolge	392
F.	Index der Akupunkturindikationen	395
G.	Historische Abbildungen aus dem „Goldenen Spiegel der Medizin“	397
H.	Entsprechungssystem der 5 Wandlungsphasen	400
Literatur		401
Sachverzeichnis		407