

Ü B E R S I C H T

KAPITEL 1 — NEUE HEILKRAFT MIT ALTER MEDIZIN

SEITE

- 6 — Nicht nur Faszination des Fremden
- 8 — Ungebrochene Tradition
- 9 — Traditionelle Chinesische Medizin in Ost und West
- 11 — Augen auf bei der Auswahl des Therapeuten
- 14 — Das Neijing - Des Gelben Kaisers Klassiker
- 16 — Maßlosigkeit

KAPITEL 2 — UNTERSCHIEDE TCM – WESTLICHE MEDIZIN

SEITE

- 18 — Welt der Entsprechungen
- 21 — Organik oder Mechanik?
- 23 — Funktionell gedacht
- 24 — Respekt vor den Toten
- 24 — Disharmonie-Muster
- 26 — Geschwächtes Abwehr-Qi

KAPITEL**3****DIAGNOSE****SEITE****28**

Sammeln von Zeichen und Symptomen

29

Befragen

31

Betrachten

32

Beurteilen von Klang und Geruch

32

Ertasten der Pulse

34

Hierarchien der Diagnostik

34

Innen oder Außen?

35

Symptom oder Ursache?

37

Wetter im Körper

39

Differenzierte Wahrnehmung

KAPITEL**4****THERAPIE****SEITE****42**

Individuelle Ursachen und Konzepte

45

Akupunktur: Stechen und Brennen

46

Stärken und Schwächen der Akupunktur

48

Sonderform der Akupunktur: Moxibustion

49	Kräutertherapie
50	Geschmacksrichtung und Heilwirkung
51	Fertige Arzneien
52	Qi Gong - von Bär und Tiger lernen
53	Routine entwickeln
54	Nachgewiesene Wirkung
55	Tuina - Schieben und Greifen
57	Massage gegen Zuckerkrankheit
58	Weitere Wirkungen der Tuina
59	Sonderform der Tuina: Akupressur
60	Ernährung nach den Fünf Elementen
61	Das Temperament der Nahrungsmittel
62	Stärken der Ernährungstherapie
64	Zwei Fälle aus der Praxis
64	Übergewicht bei Milz-Qi-Mangel
66	Unruhiger Schlaf bei Nieren- und Leberschwäche

KAPITEL **5** **TRADITION UND MODERNE**

SEITE

68	Nachweisliche Wirkungen
69	Neurophysiologische Modelle
70	Die Reflexivtheorie
70	Dokumentierte Heilerfolge
72	Zwei akute Fälle

Service Center

	SEITE	
	75	Im inneren Einklang mit sich und der Welt leben
	76	Leben im Jahreslauf
Einige	78	Ein wichtiger Pfeiler der TCM - die Ernährung
Grundregeln	79	Sind Sie ein Yin- oder Yang-Typ?
	80	Feine Yin-Yang-Küche
	84	Ernährung im Jahreslauf
	86	Schwaches Immunsystem
	87	Abgeschlagenheit
	88	Grippale Infekte
	89	Ödeme
	90	Herzbeschwerden
Das können Sie	91	Bluthochdruck
selbst tun bei:	92	Schlafstörungen, Nervosität
	93	Blutzuckerkrankheit (Diabetes mellitus)
	94	Juckreiz
	95	Kopfschmerzen
	96	Migräne
	96	Rheuma: Gicht und Arthritis
Akupressur	98	Wichtige Akupressurpunkte in Wort und Bild
Qi-Gong-Übungen	102	Gao Xhe Ya: Die Übung um den Druck zu nehmen
	106	Xiao Zhou Tian: Der kleine Kreislauf
So finden	108	Vorbereitung auf die erste Sprechstunde
Sie den	111	Fragen zur Behandlung mit TCM
richtigen	114	Wann zahlen die Kassen?
Therapeuten	117	Stimmen aus der Praxis
Buchtipps	120	Für alle, die noch mehr über TCM wissen wollen
Adressen	121	Anschriften von Institutionen, die informieren und weiter helfen
TCM im Internet	123	Adressen in Österreich und der Schweiz
Glossar	124	Alle wichtigen Begriffe zur TCM kurz und verständlich erklärt
Register	126	Alle Stichworte auf einem Blick