

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	9
Wie wirkt Massage?.....	9
Einleitung.....	11
Was bedeutet in der TCM „Krankheit“?.....	17
Welche Krankheitsursachen kennt die TCM?.....	21
Die Meridiane und ihre Hauptfunktionen.....	22
Yang-Meridiane.....	26
Dickdarm-Meridian (Di).....	26
Magen-Meridian (Ma).....	28
Dünndarm-Meridian (Dü).....	30
Blasen-Meridian (Bl).....	32
Dreifach-Erwärmer-Meridian (3E).....	36
Gallenblasen-Meridian (Gb).....	38
Yin-Meridiane.....	40
Lungen-Meridian (Lu).....	40
Milz-Pankreas-Meridian (MP).....	42
Herz-Meridian (He).....	44
Nieren-Meridian (Ni).....	46
Kreislauf-Sexualitäts-Meridian (KS) oder Perikard-Meridian.....	48
Leber-Meridian (Le).....	50
Die unpaarigen Meridiane.....	52
Konzeptionsgefäß (KG).....	52
Lenkergefäß oder Gouverneurgefäß (GG).....	52
Die Akupunktur-Punkte.....	53

Die Ohr-Akupunktur.....	55
Die therapeutische Massage TuiNa-AnMo.....	57
Die Behandlung	60
Die verschiedenen Techniken der Massage.....	62
AN = Drücken.....	62
ROU = kreisendes Drücken.....	64
TUI = Schieben.....	64
MO = Reiben.....	66
MO = Wischen.....	67
QIA = Zwicken.....	69
NA = Kneifen.....	69
GUN = Rollen.....	70
PAI = Klopfen.....	71
Schlagen.....	71
KOU = Trommeln.....	73
CUO = Zwirbeln.....	73
BASHEN = Extension.....	74
GUA SHA= Schaben.....	75
GAO MO.....	76
Behandlungsvorschläge.....	77
Die Massage der Gliedmaßen.....	77
Die Massage bei Rückenschmerzen.....	78
Die Massage bei Hüftbeschwerden.....	80
Die Massage bei Husten und Bronchitis.....	81
Die Massage bei Verdauungsbeschwerden.....	82