

# Inhalt

<b>Übersicht über das elektronische Zusatzmaterial.....</b>	<b>9</b>
<b>Geleitwort .....</b>	<b>11</b>
<b>Vorwort.....</b>	<b>13</b>
Entstehung und Entwicklung des Konzeptes: »Begleitende Hände – Akupressur in Pflege und Betreuung«.....	13
<b>1 Grundlagen .....</b>	<b>15</b>
1.1 Punkte.....	15
1.2 Leitbahnen .....	16
1.3 <i>qi</i> .....	17
1.4 <i>Yin</i> und <i>Yang</i> .....	18
1.5 Funktionskreise und Wandlungsphasen.....	20
<b>2 »Begleitende Hände« – Punktlokalisierung, Druckstärke, Verweilen .....</b>	<b>25</b>
2.1 <i>Wuwei</i> .....	25
2.2 Punkte finden.....	26
2.3 Verweilen auf den Punkten.....	29
2.4 Patienten sind bekleidet bei der Anwendung der Punkte.....	31
<b>3 Anleitung von Angehörigen.....</b>	<b>32</b>
<b>4 Kontraindikationen und mehr .....</b>	<b>38</b>
4.1 Kontraindikationen aus Sicht der Pflege-/ Betreuungskraft .....	38
4.2 Kontraindikationen aus Sicht der Patienten.....	39
4.3 Dauerstimulationen .....	39
4.4 Häufigkeit der Anwendung von Akupressursequenzen .....	39
<b>5 Dauerstimulation einzelner Punkte.....</b>	<b>40</b>
5.1 Dauerstimulation einzelner Fernpunkte .....	40
5.2 Dauerstimulation von Lokalpunkten mit Gitterpflastern .....	43

5.3	Kombination von Gitterpflastern mit Dauerstimulation von Fernpunkten . . . . .	46
5.4	Allgemeine Empfehlungen und Kontraindikationen . . . . .	46
<b>6</b>	<b>Basisbausteine . . . . .</b>	<b>48</b>
6.1	Basisbaustein: Das <i>qi</i> wecken. . . . .	48
6.2	Basisbaustein: Schulter, Kiefer, Nacken . . . . .	58
6.3	Basisbaustein: <i>ampuku</i> -Bauchmassage . . . . .	66
6.4	Handakupressur . . . . .	75
<b>7</b>	<b>Regional wirksame und andere Fernpunkte zur Behandlung von Schmerzen, Spastik, Kontrakturen und mehr . . . . .</b>	<b>84</b>
7.1	Zusammenhang von Qi-Fülle bzw. -Leere, Muskeltonus, Beweglichkeit und Schmerz. . . . .	84
7.2	Regional wirksame Fernpunkte . . . . .	86
7.3	Weitere Punkte für spezifische Symptome. . . . .	93
<b>8</b>	<b>Behandlung von Kontrakturen, Schmerz und Bewegungseinschränkungen nach dem <i>wuwei</i>-Prinzip. .</b>	<b>100</b>
8.1	Akupressur zur Vorbereitung der Kontrakturbehandlung . . . . .	100
8.2	Mobilisation kontrakter Gelenke nach dem <i>wuwei</i> -Prinzip . . . . .	102
<b>9</b>	<b>Behandlung von Atemstörungen . . . . .</b>	<b>107</b>
9.1	Pathologie und Behandlung . . . . .	107
9.2	Unfähigkeit zur vollständigen Einatmung – Schwäche . . . . .	108
9.3	Die Unfähigkeit vollständig auszuatmen – Blockade, Stauung und Fülle . . . . .	110
9.4	Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf die Atmung. . . . .	112
<b>10</b>	<b>Behandlung von Ödemen und Harnverhalt. . . . .</b>	<b>114</b>
10.1	Ödeme in der oberen Körperhälfte. . . . .	114
10.2	Gesichtsödeme . . . . .	116
10.3	Ödeme in der unteren Körperhälfte . . . . .	118
10.4	Harnverhalt. . . . .	122
10.5	Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf Ödeme. . . . .	123
<b>11</b>	<b>Behandlung von Übelkeit, Appetitlosigkeit und Schluckauf . . . . .</b>	<b>124</b>
11.1	Pe 6 . . . . .	124
11.2	Übelkeit, Appetitlosigkeit, Schwäche . . . . .	130

---

11.3	Schluckauf .....	131
11.4	Regulierung des Speichelflusses .....	132
<b>12</b>	<b>Behandlung von Verstopfung und Durchfall .....</b>	<b>134</b>
12.1	Verstopfung .....	135
12.2	Durchfall.....	139
12.3	Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf Durchfall und Verstopfung.....	139
<b>13</b>	<b>Behandlung von Angst, Unruhe, Schmerz und Schlaflosigkeit .....</b>	<b>141</b>
13.1	Angst und Unruhe aus Sicht der chinesischen Medizin.....	141
13.2	Pathologie und Behandlung .....	144
13.3	Schmerz .....	150
13.4	Schlaflosigkeit.....	151
13.5	Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf Angst und Unruhe .....	152
<b>14</b>	<b>Behandlung bei demenzbedingten Symptomen .....</b>	<b>154</b>
14.1	Akupressur kann Demenzkranke beruhigen.....	154
14.2	Projekt zur Wirkung von Akupressur auf demenzspezifische Symptome.....	154
14.3	Bausteine.....	158
14.4	Besonderheiten zur Ausführung.....	158
14.5	Demenz und Schmerz .....	159
<b>15</b>	<b>Finalphase.....</b>	<b>162</b>
15.1	Seele .....	162
15.2	Wenn <i>Yin</i> und <i>Yang</i> sich trennen .....	163
15.3	Bausteine.....	165
<b>16</b>	<b>Punkte, Lokalisationen und Indikationen .....</b>	<b>167</b>
16.1	Punkte der Lungenleitbahn.....	168
16.2	Punkte der Dickdarmleitbahn .....	170
16.3	Punkte der Magenleitbahn .....	172
16.4	Punkte der Milzleitbahn .....	179
16.5	Punkte der Herzleitbahn.....	182
16.6	Punkte der Dünndarmleitbahn .....	185
16.7	Punkte der Blasenleitbahn.....	187
16.8	Punkte der Nierenleitbahn .....	194
16.9	Punkte der Pericardleitbahn .....	197
16.10	Punkte der dreifachen Erwärmerleitbahn .....	201
16.11	Punkte der Gallenblasenleitbahn .....	204
16.12	Punkte der Leberleitbahn .....	208
16.13	Punkte des Konzeptionsgefäßes .....	210
16.14	Punkte des Lenkergefäßes.....	215

<b>17</b>	<b>Zusammenfassung der Punkte nach Regionen und Indikationen .....</b>	<b>218</b>
<b>18</b>	<b>Leitbahnen und Handakupressur.....</b>	<b>220</b>
	<b>Zusatzmaterial zum Download.....</b>	<b>236</b>
	<b>Schulungen.....</b>	<b>237</b>
	<b>Danke .....</b>	<b>238</b>
	<b>Literatur .....</b>	<b>239</b>