

Inhaltsverzeichnis

1	Historischer Überblick	1	5.8	Zwirbeln (<i>cuo</i>)	110
2	Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin	7	5.9	Klopfen und Schlagen (<i>kou ji</i>)	111
2.1	Grundbegriffe der chinesischen Medizin	8	5.10	Klatschen (<i>pai</i>)	112
2.2	Die chinesische Diagnose	34	5.11	Kämmen (<i>shu</i>)	112
2.3	Leitbahnen und Akupunkturpunkte für die Selbstbehandlung	44	5.12	Kratzen (<i>gua</i>)	113
3	Wesentliche Voraussetzungen, Indikationen, Kontraindikationen und Reaktionen	81	5.13	Vibrierendes Bewegen (<i>zhendong</i>) . .	114
3.1	Wesentliche Voraussetzungen für eine effektive Tuina-Behandlung	82	6	Selbstbehandlung bestimmter Körperregionen mit Tuina	115
3.2	Indikationen	84	6.1	Selbstbehandlung im Kopf- und Nackenbereich	120
3.3	Kontraindikationen	87	6.2	Obere Extremität	178
3.4	Reaktionen auf eine Selbstbehandlung mit Tuina	88	6.3	Untere Extremität	209
4	Behandlungsprinzipien und Wirkungen der Selbstbehandlung mit Tuina	91	6.4	Brustbereich	239
4.1	Behandlungsprinzipien der Selbst- behandlung mit Tuina	92	6.5	Abdomen	249
4.2	Die Wirkungen der Tuina-Therapie aus chinesischer Sicht	92	6.6	Lumbal- und Rückenbereich	264
4.3	Die Wirkmechanismen von Tuina aus westlicher Sicht	95	7	Selbstbehandlung bei häufig auftretenden Erkrankungen	273
5	Grundtechniken der Selbstbehand- lung mit Tuina	99	7.1	Orthopädische Krankheitsbilder	275
5.1	Pressen (<i>an</i>)	101	7.2	Internistische Erkrankungen	304
5.2	Kneten (<i>rou</i>)	103	7.3	Gynäkologische Erkrankungen	321
5.3	Kombinationstechnik: Pressen und Kneten (<i>an rou</i>)	105	7.4	Neurologische Krankheitsbilder	360
5.4	Schieben (<i>tui</i>)	105	7.5	Erkrankungen der Sinnesorgane	386
5.5	Kräftiges gerades Reiben (<i>ca</i>)	106	7.6	Allergische Erkrankungen	419
5.6	Reiben (<i>mo</i>)	107	7.7	Allgemeinerkrankungen	451
5.7	Greifen (<i>na</i>) und Kneifen (<i>nie</i>)	109	8	Selbstbehandlung in der Geriatrie	503
			8.1	Demenz	504
			8.2	Morbus Parkinson	512
			8.3	Stressinkontinenz	518
			9	Die Behandlung von Kindern mit Tuina	525
			9.1	Geschichtlicher Überblick	526
			9.2	Physiologische und pathologische Besonderheiten bei Kindern	526
			9.3	Auswirkungen auf die Behandlung mit Tuina	528

9.4	Die vier diagnostischen Verfahren (<i>sizhen</i>)	529	10.2	Behandlungsmethoden zur allgemeinen Gesunderhaltung bei Kindern	615
9.5	Behandlungsmethoden der Kinder-Tuina	537		Anhang	623
9.6	Erkrankungen bei Kindern	579		Register	639
10	Beispiele chinesischer Gesunderhaltung	605			
10.1	Behandlungsmethoden zur allgemeinen Gesunderhaltung bei Erwachsenen. .	606			