

Inhaltsverzeichnis

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

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			
10	Beispiele chinesischer Gesunderhaltung	605		Register	639
10.1	Behandlungsmethoden zur allgemeinen Gesunderhaltung bei Erwachsenen . .	606			