

# Inhaltsangabe

## VORWORT

- \* Empfehlung WAKO Schweiz - S.K.B.V. 4
- \* Bericht Deutscher Karate Verband 5

## KUATSU - METHODE DES HEILENS 11 ff

- \* Prinzip des Kuatsu 13
- \* Nervensysteme 14

## TRAINER- ODER COACHHILFE 17 ff

- \* Prellungen 19
- \* Verstauchungen und Verrenkungen 21
- \* Grippale Infekte 22
- \* Kreislaufprobleme 23
- \* Pflasterarbeit 23
- \* Muskelkrampf 24
- \* Muskelriss 26
- \* Nervenverletzung 27
- \* Sehnenentzündung 28

## FRAKTUREN UND LUXATIONEN 31 ff

- \* Rippenbrüche 33
- \* Luxation 33
- \* Verbandtechnik 36

## NASEN-KUATSU 41 ff

- \* Nasenbluten 42
- \* Nacken- und Stirn-Kuatsu 44
- \* Zangen-Kuatsu 47
- \* Fünf-Minuten-Kompresse 49
- \* Nasenbeinbruch 51

KOPFSCHMERZEN-KUATSU	53 ff
* Shiatsu	54
* Shiatsu-Methodik	57
OHNMACHT - BEWUSSTLOSIGKEIT - K.O. - KOMA	65 ff
* Ohnmacht	66
* Jinchu-Punkt	69
* Innerer Fusssohlennerv	69
* Bewusstlosigkeit	72
* ABC-Massnahme	74
* Kehlkopf-Kuatsu	79
* Kopf-K.O.	82
* Gehirnerschütterung	85
* Würger-K.O.	87
* Sasoi-Kuatsu	90
* Atemspende	91
AUGEN-VERLETZUNGEN	100 ff
* Fremdkörper im Auge	101
* Schlag- oder Druckverletzung	103
OFFENE WUNDEN	107 ff
* Infektion	106
* Wundstarrkrampf	106
* Druckverband	107
WIRBELSÄULE	111 ff
* Wirbelsäule (Zeichnung)	112
* Wirbelsäulenverletzung	113
* Verhalten des Helfers	114

<b>REFLEXE</b>	<b>116 ff</b>
* Pupillenreflex	117
* Augenreflex	118
* Muskelreflex	118
* Blutreflex	119
* Pulsprüfung	120
 <b>HERZSTILLSTAND</b>	 <b>122 ff</b>
* Vagus-Nerv	124
* Brustbein-Kuatsu	127
* Herzmassage	129
* Herzmassage und Atemspende	130
 <b>HODENSCHLAG</b>	 <b>133 ff</b>
* Hoden-Kuatsu 1	136
* Hoden-Kuatsu 2 - Streckstellung	138
* Hoden-Kuatsu 3	139
* Hoden-Kuatsu 4 - Geschwürdruck-Kuatsu	141
 <b>LAGERUNG UND TRANSPORT</b>	 <b>144 ff</b>
* Rückenlagerung	147
* Stabile Seitenlage	149
* Schocklagerung	150
* Sitzende Lagerung	150
* Transportarten	151