

# Inhaltsverzeichnis

## 1 GRUNDLAGEN ..... 11

### 1.1 Maßeinheiten der Akupunktur .... 11

Fingermaße .....	11
Daumenmaß .....	11
Mittelfingermaß .....	11
Querfingermaß.....	11
Körpermaße .....	12

### 1.2 Techniken der Akupunktur ..... 14

Patientenlagerung.....	14
Stichtechniken .....	14
Grundhaltung.....	14
Einstich mit Spannen der Haut.....	14
Einstich mit Nageldruck.....	14
Einstich mit Nadelführung durch die zweite Hand .....	14
Einstich mit Führungsröhrchen .....	15
Einstich in eine abgehobene Hautfalte .....	15
Stichtiefe .....	15
Einstichwinkel.....	15
Senkrechter Einstich .....	15
Schräger Einstich.....	16
Flacher Einstich .....	16
De-Qi-Gefühl .....	16
Nadelstimulation.....	16
Drehen der Nadel .....	16
Heben und Senken der Nadel .....	17
Einbeziehung der Atmung.....	17
Weitere Techniken .....	17
Akupunkturnadeln .....	17

## 2 LEITBAHNEN UND PUNKTE ....18

### 2.1 Punkteigenschaften.....18

Lokalisation und Stichtiefen .....	18
Leitbahnverläufe .....	18
Punktkategorien .....	19
Rücken-Shu-Punkte.....	19
Mu-(Versammlungs-)Punkte .....	19
Ursprungs-Qi-Punkte .....	19
Vernetzungspunkte .....	19
Schlüsselpunkte .....	19
Fünf Shu-Punkte.....	20
Jing-(Brunnenwasser-)Punkte .....	20
Xing-(Quellwasser-)Punkte .....	20
Shu-(Stromschnellen-)Punkte .....	20
Jing-(Flußwasser-)Punkte .....	20
He-(Zusammenfluß-)Punkte .....	20
Untere He-(Zusammenfluß-)Punkte .....	21
Spaltenpunkte .....	21
Zusammenkunfts-(Meister-)Punkte .....	21
Die wichtigsten Akupunkturpunkte .....	22

### 2.2 Akupunkturpunkte der Hauptleitbahnen ..... 23

2.2.1 Lungen-Leitbahn (Lu).....	24
Leitbahnverlauf .....	25
Punkte Lu 1–Lu 11 .....	26–33
2.2.2 Dickdarm-Leitbahn (Di) .....	34
Leitbahnverlauf .....	35
Punkte Di 1–Di 20 .....	35–49
2.2.3 Magen-Leitbahn (Ma) .....	50
Leitbahnverlauf .....	51
Punkte Ma 1–Ma 45 .....	52–81
2.2.4 Milz-Leitbahn (Mi) .....	82
Leitbahnverlauf .....	83

Punkte Mi 1–Mi 21 .....	84–97
2.2.5 Herz-Leitbahn (He) .....	98
Leitbahnverlauf .....	99
Punkte He 1–He 9 .....	100–105
2.2.6 Dünndarm-Leitbahn (Dü) .....	106
Leitbahnverlauf .....	107
Punkte Dü 1–Dü 19 .....	108–121
2.2.7 Blasen-Leitbahn (Bl) .....	122
Leitbahnverlauf .....	123
Punkte Bl 1–Bl 67 .....	124–169
2.2.8 Nieren-Leitbahn (Ni) .....	170
Leitbahnverlauf .....	171
Punkte Ni 1–Ni 27 .....	172–189
2.2.9 Perikard-Leitbahn (Pe) .....	190
Leitbahnverlauf .....	191
Punkte Pe 1–Pe 9 .....	192–197
2.2.10 3-Erwärmer-Leitbahn (3E) .....	198
Leitbahnverlauf .....	199
Punkte 3E 1–3E 23 .....	200–215
2.2.11 Gallenblasen-Leitbahn (Gb) .....	216
Leitbahnverlauf .....	217
Punkte Gb 1–Gb 44 .....	218–247
2.2.12 Leber-Leitbahn (Le) .....	248
Leitbahnverlauf .....	249
Punkte Le 1–Le 14 .....	250–259

## 2.3 Punkte der außerordentlichen Gefäße Du Mai und Ren Mai .... 260

2.3.1 Du Mai (Du) .....	260
Leitbahnverlauf .....	261
Punkte Du 1–Du 28 .....	262–281
2.3.2 Ren Mai (Ren) .....	282
Leitbahnverlauf .....	283
Punkte Ren 1–Ren 24 .....	284–299

## 2.4 Weitere Akupunkturpunkte (Extrapunkte) ..... 300

2.4.1 Extrapunkte an Kopf und Hals (Ex-KH) ....	300
Übersicht .....	301
Punkte Ex-KH 1–Ex-KH 15 .....	301–311
2.4.2 Extrapunkte an Brust und Bauch (Ex-BB) .....	312
Übersicht .....	313
Punkte Ex-BB 1 .....	314–315
2.4.3 Extrapunkte am Rücken (Ex-R) .....	316
Übersicht .....	317
Punkte Ex-R 1–Ex-R 9 .....	318–323
2.4.4 Extrapunkte an Arm und Hand (Ex-AH) ..	324
Übersicht .....	325
Punkte Ex-AH 1–Ex-AH 11 .....	326–333
2.4.5 Extrapunkte an Bein und Fuß (Ex-BF) .....	334
Übersicht .....	335
Punkte Ex-BF 1–Ex-BF 12 .....	336–343

## 3 ANHANG .....344

Konkordanz der Nomenklatur .....	344
Referenzwerke und Literaturempfehlungen .....	348
Bildnachweis .....	348
Index .....	349
Verwendetes Nadelmaterial .....	351