

9 Das Aku-Taping stellt sich vor

10 Was ist Aku-Taping?

16 TCM-Basics

24 Welcher TCM-Typ sind Sie?

24 Der Lebertyp

26 Der Lungentyp

27 Der Herztyp

28 Der Milztyp

30 Der Nierentyp

33 Die Tape-Anlagen – Linderung für Ihre Beschwerden

34 Leitbahnen-Tapes (TCM-Tapes) und Basis-Tapes

34 Leitbahn-Tapes (TCM-Tapes)

35 Basis-Tapes

35 Zustimmungspunkte (Rücken-Shu-Punkte)

36 Cross-Tapes und Akupressur für einzelne Akupunkturpunkte

38 Milz-Tape

40 Leber-Tape

42 Nieren-Tape

44 Herz-Tape

46 Lungen-Tape

48 Magen-Tape

50 Konzeptionsgefäß-Tape

52 Lendenwirbelsäulen-Tape (LWS-Tape)

54 Brustwirbelsäulen-Tape (BWS-Tape)

56 Halswirbelsäulen-Schulterblattheber-Tape

58 Kreuzdarmbeingelenk-Tape

60 Bauchmuskel-Tape (gerader Anteil)

62 Bauchmuskel-Tape (schräger Anteil)

64 Finger-Handgelenksbeuger-Tape

66 Finger-Handgelenksstrecker-Tape

68 Gezieltes Aku-Taping: Beschwerden von A – Z

70 Angststörung

72 Bindegewebschwäche, Beckenbodenschwäche,
Krampfadern, Symphysenschmerz

74 Brustschmerzen (Mastodynie)

76 Burnout-Syndrom

78 Erbrechen und Übelkeit (auch unter Chemotherapie)

80 Erschöpfung

82 Depressive Verstimmung

84 Funktionelle Herzbeschwerden

86 Kopf- und Nackenschmerzen

88 Kreuzschmerzen

90 Lebensmittelunverträglichkeiten

92 Prämenstruelles Syndrom (PMS)

94 Regelbeschwerden (Menstruationsbeschwerden)

96 Reizblase

98 Reizmagen

100 Reizdarm

102 Schlafstörungen

104 Schiefer Großzeh (Hallux valgus)

106 Unerfüllter Kinderwunsch

108 Unterleibsschmerzen

110 Verstopfung

112 Wechseljahresbeschwerden

114 Aku-Taping rund um Schwangerschaft und Geburt

116 Beckenendlage

118 Blasenentleerungsstörung

120 Bluthochdruck

122 Geburtsvorbereitung

124 Kaiserschnittnarbe und Narben

126 Karpaltunnelsyndrom

128 Niedriger Blutdruck, Kreislaufschwäche

130 Psychosomatische Beschwerden

132 Rückbildungsstörung

134 Rückenschmerzen, Iliosacralgelenk-Blockade

136 Schmerzlinderung unter der Geburt

138 Schwangerschaftsstreifen, Orangenhaut (Cellulite)

140 Übelkeit, Erbrechen, Sodbrennen

142 Wadenkrämpfe

144 Wassereinlagerungen (Ödeme)

146 Service

148 Stichwortverzeichnis