

# Inhalt

Geleitwort .....	9
Vorwort zur 2. Auflage .....	11
Vorwort zur 1. Auflage .....	12
<b>1 Grundlagen .....</b>	<b>15</b>
1.1 Punkte .....	15
1.2 Leitbahnen .....	16
1.3 qi .....	17
1.4 Yin und Yang .....	18
1.5 Funktionskreise und Wandlungsphasen .....	20
<b>2 »Begleitende Hände« – Punktlokalisation, Druckstärke, Verweilen .....</b>	<b>25</b>
2.1 wuwei .....	25
2.2 Punkte finden .....	26
2.3 Verweilen auf den Punkten .....	30
2.4 Patienten sind bekleidet bei der Anwendung der Punkte .....	31
<b>3 Anleitung von Angehörigen .....</b>	<b>32</b>
<b>4 Kontraindikationen und mehr .....</b>	<b>38</b>
4.1 Kontraindikationen aus Sicht der Pflege-/ Betreuungskraft .....	38
4.2 Kontraindikationen aus Sicht der Patienten .....	39
4.3 Dauerstimulationen .....	39
4.4 Häufigkeit der Anwendung von Akupressursequenzen .....	39
<b>5 Dauerstimulation einzelner Fernpunkte .....</b>	<b>40</b>
5.1 Vorgehensweise .....	40
5.2 Allgemeine Empfehlungen .....	42
<b>6 Drei Basisbausteine .....</b>	<b>44</b>
6.1 Basisbaustein: Das <i>qi</i> wecken .....	44
6.2 Basisbaustein: Schulter, Nacken, Kiefer .....	54
6.3 Basisbaustein: ampuku Bauchmassage .....	62

<b>7</b>	<b>Regional wirksame und andere Fernpunkte zur Behandlung von Schmerzen, Spastik, Kontrakturen und mehr .....</b>	<b>71</b>
7.1	Regional wirksame Fernpunkte .....	71
7.2	Weitere Punkte für spezifische Symptome .....	78
<b>8</b>	<b>Kontrakturprophylaxe und -behandlung nach dem wuwei-Prinzip .....</b>	<b>85</b>
8.1	Akupressur zur Vorbereitung der Kontrakturbehandlung .....	85
8.2	Mobilisation kontrakter Gelenke nach dem wuwei-Prinzip .....	87
<b>9</b>	<b>Atmung .....</b>	<b>92</b>
9.1	Pathologie und Behandlung .....	92
9.2	Unfähigkeit zur vollständigen Einatmung – Schwäche .....	93
9.3	Die Unfähigkeit vollständig auszuatmen – Blockade, Stauung und Fülle .....	95
9.4	Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf die Atmung .....	97
<b>10</b>	<b>Ödeme und Harnverhalt .....</b>	<b>99</b>
10.1	Ödeme in der oberen Körperhälfte .....	100
10.2	Gesichtsödeme .....	101
10.3	Ödeme in der unteren Körperhälfte .....	103
10.4	Harnverhalt .....	107
10.5	Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf Ödeme .....	108
<b>11</b>	<b>Übelkeit, Appetitlosigkeit und Schluckauf .....</b>	<b>109</b>
11.1	Pe 6 .....	109
11.2	Übelkeit, Appetitlosigkeit, Schwäche .....	115
11.3	Schluckauf .....	116
11.4	Regulierung des Speichelflusses .....	117
<b>12</b>	<b>Verstopfung und Durchfall .....</b>	<b>118</b>
12.1	Verstopfung .....	119
12.2	Durchfall .....	123
12.3	Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf Durchfall und Verstopfung .....	123
<b>13</b>	<b>Angst, Unruhe, Schmerz, Schlaflosigkeit .....</b>	<b>125</b>
13.1	Angst und Unruhe aus Sicht der chinesischen Medizin .....	125
13.2	Pathologie und Behandlung .....	128
13.3	Schmerz .....	134

13.4	Schlaflosigkeit .....	134
13.5	Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf Angst und Unruhe .....	136
<b>14</b>	<b>Demenz .....</b>	<b>138</b>
14.1	Akupressur kann Demenzkranke beruhigen .....	138
14.2	Erhebung .....	138
14.3	Bausteine .....	142
14.4	Besonderheiten zur Ausführung .....	143
14.5	Demenz und Schmerz .....	143
<b>15</b>	<b>Finalphase .....</b>	<b>146</b>
15.1	Seele .....	146
15.2	Wenn Yin und Yang sich trennen .....	147
15.3	Bausteine .....	148
<b>16</b>	<b>Punkte, Lokalisationen und Indikationen .....</b>	<b>151</b>
16.1	Punkte der Lungenleitbahn .....	152
16.2	Punkte der Dickdarmleitbahn .....	154
16.3	Punkte der Magenleitbahn .....	156
16.4	Punkte der Milzleitbahn .....	164
16.5	Punkte der Herzleitbahn .....	167
16.6	Punkte der Dünndarmleitbahn .....	169
16.7	Punkte der Blasenleitbahn .....	171
16.8	Punkte der Nierenleitbahn .....	177
16.9	Punkte der Pericardleitbahn .....	180
16.10	Punkte der dreifachen Erwärmerleitbahn .....	183
16.11	Punkte der Gallenblasenleitbahn .....	185
16.12	Punkte der Leberleitbahn .....	189
16.13	Punkte des Konzeptionsgefäßes .....	191
16.14	Punkte des Lenkergefäßes .....	196
<b>17</b>	<b>Zusammenfassung der Punkte nach Regionen und Indikationen .....</b>	<b>199</b>
<b>18</b>	<b>Leitbahnen .....</b>	<b>202</b>
	<b>Zusatzmaterial .....</b>	<b>217</b>
	<b>Schulungen .....</b>	<b>219</b>
	<b>Danke .....</b>	<b>220</b>
	<b>Literatur .....</b>	<b>221</b>
	<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>223</b>