

Inhaltsverzeichnis

I Einführung und Grundlagen der Akupunktur

1	Allgemeine Grundlagen	3
1.1	Lehre vom Qi	4
1.1.1	Woher kommt das Qi?	5
1.2	Yin und Yang	10
1.3	Fünf Wandlungsphasen	12
1.3.1	Hervorbringungszyklus (auch Sheng-Zyklus oder Mutter-Sohn-Zyklus)	13
1.3.2	Der kontrollierende Zyklus	14
1.3.3	Krankheiten aus chinesischer Sicht	16
2	Systematik der Leitbahnen	19
2.1	Meridiane	20
2.1.1	Prinzip der Zang-Fu-Organen	21
2.1.2	Aufbau des Meridiansystems	28
2.2	Einteilung der Meridiane	30
2.2.1	Meridianachsen	35
2.2.2	Yin-Achsen und deren psychische Aspekte	36
2.2.3	Yang-Achsen und deren psychische Aspekte	37
2.3	Die einzelnen Meridiane	38
2.3.1	Lungen-Meridian	38
2.3.2	Dickdarm-Meridian	41
2.3.3	Magen-Meridian	44
2.3.4	Milz-Meridian	48
2.3.5	Herz-Meridian	50
2.3.6	Dünndarm-Meridian	53
2.3.7	Blasen-Meridian	55
2.3.8	Nieren-Meridian	61
2.3.9	Perikard-Meridian	63
2.3.10	Der San Jiao (Dreifach-Erwärmer)	65
2.3.11	Gallenblasen-Meridian	67
2.3.12	Leber-Meridian	70
2.3.13	Außerordentliche Meridiane	74
2.4	Die Punkte	80
3	Art der Akupunkturbehandlung	83
3.1	Körperakupunktur	84
3.2	Ohrakupunktur	84
3.2.1	Komplikationen	88
3.2.2	Punktlokalisation/Methodik	88
3.2.3	Behandlungstechnik	89
3.2.4	Therapiekonzept und Punktkategorien	90
3.3	Schädelakupunktur (nach Yamamoto)	92
3.3.1	Indikation	92

3.3.2	Chinesische Schädelakupunktur und YNSA – ein Vergleich	93
3.3.3	Yamamoto New Scalp Acupuncture (YNSA)	94
3.4	Akupressur	98
	Literatur	98
4	Nadeltechniken	99
4.1	Nadeln	100
4.1.1	Voraussetzungen der Behandlung	101
4.2	Nadeltechniken	101
4.2.1	Nadelhaltung	101
4.2.2	Stichrichtung und Stichwinkel	104
4.2.3	Stichtiefe	104
4.2.4	Verweildauer der Nadeln	106
4.2.5	Stimulationsmethoden	106
4.3	Besondere Methoden	108
4.3.1	Laserakupunktur	108
4.3.2	Schröpfen	109
4.4	Weitere Verfahren	110
4.4.1	TENS-Stimulation und Elektrostimulation	110
4.4.2	QiGong und TaiQi	111
4.4.3	Moxibustion	111
4.5	Komplikationen und Kontraindikationen	117
4.5.1	Komplikationen	117
4.5.2	Kontraindikation	119
4.6	Auffinden der Akupunkturpunkte	119
4.6.1	Maßeinheit Cun	119
4.7	Entwicklung des Behandlungskonzeptes und Setting	124
5	Vom Störungsbild zur Akupunkturbehandlung	127
5.1	Ba Gang – diagnostische Leitkriterien	128
5.1.1	Gegensatzpaare	128
5.1.2	Kriterium: Innen/Außen	129
5.1.3	Kriterium: Kälte/Hitze	130
5.1.4	Kriterium: Fülle/Leere (Schwäche)	131
5.1.5	Kriterium: Yin/Yang	132
5.2	Puls- und Zungendiagnostik	135
5.2.1	Pulsdiagnostik	135
5.2.2	Zungendiagnostik	137
5.3	Zusammenfassung: Vorgehen bei der TCM-Diagnostik	139

II Akupunktur bei psychischen Erkrankungen

6	Psyche in der TCM	143
6.1	Aufgaben von Shen	146
6.1.1	Bewusstsein	147
6.1.2	Einsicht	147
6.1.3	Intelligenz	147

6.1.4	Schlaf	148
6.1.5	Weisheit	148
6.1.6	Ideen	148
6.1.7	Gefühle	148
6.2	Shen und seine fünf Organe	149
6.2.1	Herz: Shen	149
6.2.2	Leber: Hun	149
6.2.3	Milz: Yi	150
6.2.4	Niere: Zhi	151
6.2.5	Lunge: Po	152
6.3	Emotionale Faktoren	153
6.3.1	Theorie zur Entstehung von Emotionen	154
6.4	Fünf Willenskräfte und sieben Leidenschaften	154
	Literatur	157
7	Kriterien zur Punktauswahl	159
7.1	Punkte der Hauptleitbahnen mit Bezug zu den Emotionen und zu Shen	161
7.1.1	Herz-Meridian	161
7.1.2	Perikard-Meridian	162
7.1.3	Lungen-Meridian	162
7.1.4	Nieren-Meridian	163
7.1.5	Milz-Meridian	164
7.1.6	Leber-Meridian	165
7.1.7	Dünndarm-Meridian	166
7.1.8	Dickdarm-Meridian	166
7.1.9	Magen-Meridian	167
7.1.10	Gallenblasen-Meridian	168
7.1.11	Blasen-Meridian	169
7.2	Leitsymptome in den fünf Wandlungsphasen	171
7.2.1	Qi-Stagnation	172
7.2.2	Qi-Leere/Blut-Leere	172
7.2.3	Blut-Stagnation (Blut-Stase)	172
8	Demenzielle Störungen	173
8.1	Das Krankheitsbild	174
8.2	Therapie	176
8.3	Demenz aus Sicht der TCM	177
8.3.1	Krankheitsbilder	178
8.4	Erfolge, Grenzen und Ausblick	179
	Literatur	181
9	Suchtbereich	183
9.1	Sucht aus westlicher Sicht	184
9.1.1	Alkohol	185
9.1.2	Nikotin	186
9.1.3	Andere Drogen	187
9.2	Sucht aus TCM-Sicht	189
9.2.1	Aus Sicht der Funktionskreise	189

9.2.2	Sucht als Yin-Mangel	190
9.3	Erfolge, Grenzen und Ausblick	195
9.4	Fallbeispiele mit Diagnose, Verlauf und Beispielpunktkombination	196
9.4.1	Drogenentzug	196
9.4.2	Nikotinabhängigkeit	196
	Literatur	197
10	Affektive Störungen	199
10.1	Allgemein	200
10.2	Depression	200
10.2.1	Das Krankheitsbild	200
10.2.2	Ätiologie	201
10.2.3	Einteilung	201
10.3	Depression aus Sicht der TCM	205
10.3.1	Ätiologie und Pathologie	206
10.3.2	Übersicht über die gängigsten Syndrome der Depression	209
10.3.3	Zusammenfassung	212
10.3.4	Allgemeine Punkte, die bei Depressionen infrage kommen	212
10.4	Erfolge, Grenzen und Ausblick	214
10.5	Fallbeispiel mit Diagnose, Verlauf und Beispielpunktkombination	215
10.5.1	Diagnose	215
10.5.2	Therapie	216
10.5.3	Verlauf	216
	Literatur	216
11	Angst- und Panikstörungen	217
11.1	Das Krankheitsbild	218
11.2	Angst in der westlichen Medizin	218
11.2.1	Ätiologie	218
11.2.2	Symptome	220
11.2.3	Differenzialdiagnosen	221
11.2.4	Formen der Angststörung	222
11.2.5	Therapie	223
11.3	Angst aus Sicht der TCM	224
11.3.1	Allgemein	224
11.3.2	Angst und Niere	226
11.3.3	Angst und Herz	228
11.3.4	Angst und Lunge	228
11.3.5	Angst und Leber/Gallenblase	229
11.3.6	Angst und Magen/Milz	230
11.3.7	Rebellierendes Qi	230
11.3.8	Ätiologie und Pathologie	231
11.3.9	Krankheitsbilder	232
11.4	Erfolge, Grenzen und Ausblick	235
11.5	Fallbeispiel mit Diagnose, Verlauf und Beispielpunktkombination	236
11.5.1	Verlauf	236
	Literatur	237

12	Manie	239
12.1	Das Krankheitsbild	240
12.2	Therapie	240
12.3	Manie aus Sicht der TCM	241
12.3.1	Allgemeines und Ätiologie	241
12.3.2	Behandlung der bipolaren Störung	242
12.3.3	Krankheitsbilder	242
12.4	Erfolge, Grenzen und Ausblick	247
	Literatur	248
13	Schlafstörungen	249
13.1	Das Krankheitsbild	250
13.1.1	Schlafstadien	250
13.1.2	Klassifikation	252
13.1.3	Therapie	252
13.2	Schlafstörungen aus Sicht der TCM	253
13.2.1	Schwächestörungen	255
13.2.2	Einschlafstörungen	255
13.2.3	Durchschlafstörungen	256
13.3	Erfolge, Grenzen und Ausblick	258
13.4	Fallbeispiel mit Diagnose, Verlauf und Beispielpunktkombination	259
13.4.1	Verlauf	259
	Literatur	259
14	Essstörungen und Adipositas	261
14.1	Das Krankheitsbild	262
14.1.1	Definitionen	262
14.2	Therapie	262
14.3	Essstörungen und Adipositas aus Sicht der TCM	263
14.3.1	Essstörungen	263
14.3.2	Adipositas aus Sicht der TCM	264
14.4	Fallbeispiel mit Diagnose, Verlauf und Beispielpunktkombination	268
14.4.1	Diagnose	268
14.4.2	Therapieplan	268
14.4.3	Verlauf	268
15	Somatoforme Störungen	269
15.1	Das Krankheitsbild	270
15.1.1	Definition (nach ICD-10)	271
15.2	Therapie	271
15.2.1	Medikamentöse Therapie	272
15.3	Schmerzen und somatoforme Störungen aus Sicht der TCM	272
15.3.1	Hypochondrische Schmerzen	272
15.3.2	Reizdarmsyndrom	273
15.3.3	Burn-out-Syndrom bzw. Erschöpfungszustand	274
15.3.4	Chronisches Müdigkeitssyndrom und Fibromyalgie	275

15.4	Erfolge, Grenzen und Ausblick	276
15.5	Fallbeispiel mit Diagnose, Verlauf und Beispielpunktkombination	277
15.5.1	Therapie	277
15.5.2	Verlauf	277
	Literatur	278
	Serviceteil	279
	Wichtige Adressen	280
	Nützliche Abbildungen und Tabelle zur Zungendiagnostik	280
	Stichwortverzeichnis	284