

- Die wichtigsten Punkte und ihre Kombinationen
- Schnelle Hilfe bei Alltagsproblemen mit Akupressur und Akupunktur

Siegfried Sulzenbacher

3 x 7 Akupunkturpunkte

für den Praktiker

LESEPROBE

针 刺



3 x 7 Akupunkturpunkte für den Praktiker

针 刺

Siegfried Sulzenbacher



Das Werk inklusive aller Inhalte wurde unter größter Sorgfalt erarbeitet. Alle Angaben erfolgen jedoch ohne Gewähr. Weder der Autor noch der Verlag haften für eventuelle Nachteile oder Schäden, die möglicherweise aus der Anwendung der nachfolgenden Hinweise und Therapieempfehlungen resultieren könnten.

Die hier bereitgestellten Informationen können niemals eine ärztliche Beratung, Diagnose oder Behandlung ersetzen. Auch sollten sie niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwendet werden. Bei Beschwerden und vor jeder Selbstbehandlung ist ein Arzt- oder Heilpraktikerbesuch angeraten.

針 Zhen = Nadel

刺 Ci = stechen

Zhen Ci bedeutet Nadel-stechen also „Akupunktur“

1. Auflage 2018

© 2018 ML Verlag in der Mediengruppe Oberfranken –
Fachverlage GmbH & Co. KG, Kulmbach

Druck: Generál Nyomda Kft., H-6727 Szeged

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung und Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme ist unzulässig und strafbar.

Titelbild: © WavebreakmediaMicro – Fotolia

<https://shop.mgo-fachverlage.de>

ISBN: 978-3-947566-31-0

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Einführung	6
Die Punkte	9
Lu 7 → Lie Que, unterbrochene Reihenfolge	11
Di 4 → He Gu, Talgrund	13
Di 11 → Qu Qi, Teich am Ellenbogen	15
Ma 36 → Zu San Li, Fuß – 3 – Meilen	17
Ma 44 → Nei Ting, Innere Wohnung	20
Mi 6 → San Yin Jiao, drei Yin Vereinigung	22
He 5 → Tong Li, freie Verbindung mit dem Inneren	24
He 7 → Shen Men, Tor des Geistes Shen	26
Dü 3 → Hou Xi, Hinteres kleines Tal	28
Bl 23 → Shen Shu, Zustimmungspunkt der Niere	30
Bl 54 / 40 → Wei Zhong, Mitte der Beugung (chin. Bl 40)	32
Bl 57 → Cheng Shan, Säule des Fleisches	34
Bl 60 → Kun Lun, Kun-Lun-Gebirge	36
Ni 3 → Tai Xi, Größter Wildbach	38
Pc 6 → Nei Guan, innere Schranke	40
Ga 30 → Huan Tiao, Überspringen des Gürtels	42
Ga 34 → Yang Ling Quan, Quelle am Yang-Hügel	44
Le 3 → Tai Chong, Äußerster Ansturm	46
Du 20 → Bai Hui, Hundert Versammlungen	48
Du 26 → Ren Zhong, Mitte des Menschen	50
PAM 33 → Lan Wei, Blinddarm	52
Notfallsituationen	53
Der Notruf 112	54
Allgemeine Notfallmaßnahmen	56
Unterzuckerung – diabetisches Koma	57

Stenocardie – Herzinfarkt	59
Hypotonie – niedriger Blutdruck	60
Hypertonie – Bluthochdruck	61
Schlaganfall (TIA)	62
Asthmaanfall	63
Starke Bauchschmerzen (akutes Abdomen)	65
Panikattacke	66
Epileptischer Anfall – Krampfanfall	67
Lumbago (Hexenschuss)	68
Anhang	69
Abkürzungen für die Akupunktur-Leitbahnen	70
Das Cun-Maß	71
Zielgebiete von Akupunkturpunkten	72
Topografie des Bauches	73
Verbotene Punkte	74
Aufbau einer guten Akupunktur	75
Weiterführende Literatur	77
Bildquellen	77
Stichwortverzeichnis	78

Vorwort

Wenn man beginnt, sich mit alternativen Heilmethoden wie z.B. Akupunktur oder Homöopathie auseinander zu setzen, dann steht man zunächst einmal vor einem riesigen Berg von Informationen.

Man kauft viele Bücher und bekommt dort unterschiedliche, nicht immer wirklich hilfreiche Informationen. Dann kommt noch die Industrie dazu und bietet Computerprogramme und irgendwelche teuren Maschinen an, die im Grunde nur eines sagen wollen: Du brauchst nichts lernen, das kann dir alles der Computer oder die Maschine abnehmen.

Welch ein Irrtum!

Ich hatte das Glück, in dieser Phase der Verwirrung erfahrene Kollegen kennenzulernen, die auf geduldiges Nachfragen gerne ihr solides und praxiserprobtes Wissen weitergaben.

Genau das soll diese Schrift auch tun. Solides und belastbares Wissen weitergeben, das sich in der Praxis am Patienten bewährt hat.

Wenn sie jedoch in irgendeiner Sache gut sein wollen, dann gilt nach wie vor der alte Satz ...

... vor den Erfolg haben die Götter den Schweiß gesetzt!

In diesem Sinne wünsche ich meinen Lesern viel Freude und Erfolg im Beruf.

München, im Frühjahr 2018
Siegfried Sulzenbacher, Heilpraktiker

Dü 3 → Hou Xi, Hinteres kleines Tal

Lokalisation

an der Handkante entsteht beim Faustschluss ein charakteristischer Handfaltenrand, Stich volar am Knochen vorbei



Eigenschaften

- Shu-Bach-Punkt
- Holz-Punkt
- Einschaltpunkt des Du Mai
- Mutter-Tonisierungs-Punkt

Wirkrichtung

- harmonisiert den Geist Shen und die Emotionen
- zerstreut innere Hitze
- öffnet das Lenkergefäß Du Mai
- entspannt Muskeln und Sehnen

Indikationen

- Kopfschmerzen mit Muskelversteifung
- Ohrgeräusche und Taubheit, Nasenbluten
- Nachtschweiß

- Schmerzen in Schulter und Nacken
- Epilepsie, manisch-depressive Geisteskrankheit

Kombinationen

- Kopfschmerz, steifer Nacken,
Nackenschmerz, Rückenschmerzen + Bl 60
- Schwindel + Du 20, Tai Yang¹²

Hinweis

Dü 3 ist hilfreich bei akuter Lumbalgie und bei Augenkrankheiten, er erfrischt den Geist bei Müdigkeit und Depression, er beherrscht die gesamte Yang-Energie des Körpers.

¹² Tai Yang = Sonne (Extrapunkt) auf der Schläfe, Mitte zwischen Augenbrauenende und äußerem Augenwinkel, ca. 1 Cun posterior in einer kleinen Mulde

Hypertonie – Bluthochdruck

Erkennen

- Die Gesichtsfarbe kann rot oder auch sehr blass sein
- Der Puls ist hart und gespannt
- der Patient wirkt oft unruhig und ängstlich

Akupunktur

- Wenn der Patient keine Herzschmerzen hat und gut Luft bekommt, kann man **Di 4 He Gu** und **Le 3 Tai Chong** stechen. Le 3 Taichong sollte kräftig sediert werden.
- Hat der Patient Herzschmerzen und bekommt schlecht Luft, dann stechen wir **Pc 6 Nei Guan** und **Di 11 Qu Qi**.

Weitere Maßnahmen

Der Patient sollte möglichst sitzend gelagert werden.
Mit den Notfalltropfen kann man nichts falsch machen.

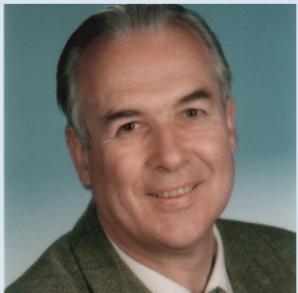
Wichtig

Bei älteren Menschen darf ein erhöhter Blutdruck nicht brüsk abgesenkt werden, da hierdurch eine Durchblutungsstörung des Gehirns mit Schlaganfallsymptomatik ausgelöst werden kann.

Den Erfordernisblutdruck ergibt folgende Faustformel:

$$\text{RR} = 100 + \text{Lebensalter}$$

Fragen Sie den Patienten, welchen Blutdruck er im Normalfall hat.



Siegfried Sulzenbacher ist seit 1976 Heilpraktiker in eigener Praxis. Seine langjährige Erfahrung mit der Akupunktur hat gezeigt, dass diese Methode gerade bei akuten Krankheitsbildern einfach anzuwenden und doch wirkungsvoll ist. In seiner Zeit als Rettungssanitäter konnte er zudem Praxis in der Notfallversorgung sammeln. In Vorträgen und Seminaren zum Thema „Traditionelle Chinesische Medizin“ konnte der Autor sein erprobtes Wissen über naturheilkundliche Therapien bereits an viele Seminarteilnehmer weitergeben.

Mit wenigen wirkungsvollen Punkten viel bewegen – das ist die Devise dieses Akupunktur-Büchleins. Wie man für Homöopathen „Taschenapotheeken“ mit relativ wenigen Arzneimitteln zusammengestellt hat, kann man auch für die Akupunktur „Arbeits- und Praxispunkte“ benennen, mit denen sich viele Zustände erfolgreich behandeln lassen. Ein erfahrener Akupunkteur sagte einmal, dass man mit nur 10 Punkten ca. 95 % aller mit Akupunktur therapierbaren Krankheiten erfolgreich behandeln kann.

- Die 21 wichtigsten Punkte und ihre Lokalisation, die Wirkrichtung und dazu passende Indikationen – anwendbar in Akupunktur oder Akupressur
- Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Punkten bei bestimmten Zuständen
- Häufige Notfälle und ihre Behandlung mithilfe der Akupunktur
- Praktische Hinweise: Begriffserklärungen und Abkürzungen, das Cun-Maß, Zielgebiete von Akupunkturpunkten
- Umfangreiches Stichwortverzeichnis und Literaturtipps

Ein handliches Nachschlagewerk für unterwegs, das sich für akupunktur erfahrene Heilpraktiker und Ärzte ebenso eignet, wie für manuelle Therapeuten und Einsteiger, die effiziente Akupressur anwenden wollen.



Schicken Sie Ihre Bestellung per Fax an die 09221/949-377

— Expl. **3x7 Akupunkturpunkte für den Praktiker;**
1. Auflage 2018, 80 Seiten, ISBN 978-3-947566-31-0

20,00 Euro

* Alle Preise inkl. MwSt., Lieferung versandkostenfrei.

Kundennummer

Name / Vorname

Straße / Hausnummer

PLZ / Ort

Telefon / Fax

E-Mail

Datum / Unterschrift



Mediengruppe Oberfranken –
Fachverlage GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Straße 5
95326 Kulmbach

Tel. 09221/949-389
Fax 09221/949-377
vertrieb@mgo-fachverlage.de
www.ml-buchverlag.de