

Inhaltsverzeichnis

1	Zur Geschichte der Akupunktur	1
2	Wissenschaftliche Grundlagen der Akupunktur (B. Pomeranz)	3
2.1	Akupunkturalgesie – neurophysiologische Grundlagenforschung	3
2.1.1	Neurale Mechanismen der Akupunkturalgesie	5
2.1.2	Wissenschaftliche Belege für die Rolle der Endorphine in der Akupunkturalgesie	11
2.1.3	Experimentelle Belege für den Zusammenhang von Mittelhirnmonoaminen und Akupunkturalgesie	19
2.1.4	Experimentelle Belege für die Beteiligung des Hypothalamus-Hypophysen-Systems an der Akupunkturalgesie	20
2.1.5	Schlußfolgerungen	21
2.2	Akupunkturalgesie bei chronischen Schmerzzuständen	21
2.3	Akupunktur und Drogenentzug	23
2.4	Akupunktur und Nervenregeneration	24
2.5	Akupunkturpunkte – gibt es sie wirklich?	24
2.5.1	Führt die Nadelung an den Akupunkturpunkten zu besseren Ergebnissen als an Nichtakupunkturpunkten?	24
2.5.2	Gibt es spezifische anatomische Strukturen an Akupunkturpunkten?	25
2.5.3	Besitzen Akupunkturpunkte spezifische physiologische Eigenschaften (z. B. niedrigen Hautwiderstand, hohes elektrisches Potential, Hautströme)	26
2.5.4	Welche Nervenfasern werden durch Akupunktur aktiviert?	29
	Literatur	31
3	Hintergründe und Theorien der traditionellen chinesischen Medizin	40
3.1	Tao, Yin und Yang	40
3.2	Die Lebensenergie Qi	42
3.3	Jing, die Lebensessenz	44
3.4	Shen, der Geist, die psychische Energie	44
3.5	Störungen des Qi	44
3.6	Ätiologie der chinesischen Medizin	46
3.7	Das System der fünf Wandlungsphasen	46
3.8	Äußere klimatische Faktoren	48
3.8.1	Beschreibung der einzelnen klimatischen Faktoren	48
3.9	Innere emotionale Faktoren	50
4	Diagnostik in der traditionellen chinesischen Medizin	51
4.1	Acht diagnostische Kategorien, Ba gang	51
4.2	Innen und Außen	52

4.3	Fülle oder Schwäche	52
4.4	Hitze und Kälte	53
4.5	Yin und Yang	54
4.6	Vier Untersuchungen, Si jian	54
4.7	Betrachten Wang	55
4.8	Hören und Riechen Wen	56
4.9	Erfragen Wen	56
4.10	Untersuchen	58
5	Chinesisches System der Meridiane, Organe und Punkte	59
5.1	Meridiane und Organe	59
5.2	Darstellung der Punktetkategorien	65
5.2.1	Shu-, dorsale Segmentpunkte oder Transportpunkte	66
5.2.2	Mu- oder segmentale Alarmpunkte	66
5.2.3	Meisterpunkte, Hui Xue	66
5.2.4	Akutpunkte, Xi-Punkte	68
5.2.5	Antike Punkte oder Shu-Punkte	68
5.2.6	Tonisierungspunkt	70
5.2.7	Sedierungspunkt	70
5.2.8	Der 1. Antike Punkt, Jing-Punkt (Ursprung)	70
5.2.9	Der 2. Antike Punkt, Ying-Punkt (Bach)	70
5.2.10	Der 3. Antike Punkt, Yuan-Punkt, Shu-Punkt (kleiner Fluß)	72
5.2.11	Der 4. Antike Punkt, Jing-Punkt (Fluß)	72
5.2.12	Der 5. Antike Punkt, He-Punkt (Delta, Mündung)	72
5.2.13	Verbindungspunkt, Luo-Punkt	74
5.2.14	Kardialpunkt	75
5.3	Methoden der Punktelokalisation	75
5.3.1	Anatomische Anhaltsstellen	75
5.3.2	Proportionale Messung mit Hilfe des relativen Cun-Maßes (Cun-Messung)	76
5.3.3	Proportionale Messung	76
5.3.4	Lokalisation durch Einnehmen einer besonderer Lage	78
5.3.5	Lokalisation mit Hilfe von Widerstandsmessung	78
5.3.6	Lokalisation, indem man andere Punkte als Ausgangspunkt wählt	78
5.3.7	Kombination von mehreren Methoden	78
5.3.8	Aufsuchen von Punkten, die schmerhaft sind oder eine Veränderung ihrer tastbaren Konsistenz aufweisen	78
6	Systematische Darstellung der Meridiane und Punkte	80
6.1	Lungenmeridian Lu.	80
6.2	Dickdarmmeridian Di.	88
6.3	Magenmeridian Ma.	98
6.4	Milz-Pankreas-Meridian MP.	114
6.5	Herzmeridian He.	122
6.6	Dünndarmmeridian Dü.	128
6.7	Blasenmeridian Bl.	136
6.8	Nierenmeridian Ni.	156
6.9	Perikardmeridian, Kreislaufmeridian Pe.	162
6.10	Drei Erwärmer-Meridian, Sanjiao-Meridian SJ.	168
6.11	Gallenblasenmeridian Gb.	176
6.12	Lebermeridian Le.	188

6.13	Lenkergefäß Du Mai	194
6.14	Konzeptionsgefäß Ren Mai	202
6.15	Gefäß der breiten Bahn Chong Mai	208
6.16	Gürtelgefäß Dai Mai	210
6.17	Aufsteigendes Yang Gefäß Yangqiao	210
6.18	Aufsteigendes Yin Gefäß Yingqiao	210
6.19	Haltegefäß des Yang Yangwei	210
6.20	Haltegefäß des Yin Yinwei	214
6.21	Extrapunkte Ex.	214
6.21.1	Weitere Extrapunkte	221
7	Regionen mit den wichtigsten Akupunkturpunkten	224
7.1	Gesicht	224
7.1.1	Im Bereich der Augen	224
7.1.2	Im Bereich der Ohren	224
7.1.3	Im Bereich der Nase und der Wange	226
7.2	Nacken	226
7.3	Rücken	228
7.4	Abdomen	230
7.4.1	Epigastrium	230
7.4.2	Mittel- und Unterbauch	230
7.5	Schulter	232
7.6	Kniegelenk	232
8	Technik der Akupunktur	234
8.1	Akupunkturndl	234
8.2	Methoden der Nadelung und Stimulation	235
8.3	De Qi-Gefühl	237
8.4	Tonisierende und sedierende Methoden der Nadelstimulation	237
8.5	Elektrostimulation	238
8.6	Sterilisation der Nadeln	240
8.7	Komplikationen der Akupunkturtherapie	240
9	Moxibustion	242
9.1	Indikation und Anwendung	242
9.2	Direkte Moxibustion	243
9.3	Indirekte Moxibustion	243
9.4	Moxibustion mit „Moxazigarren“	244
9.5	Moxibustion mit Erhitzung der Nadeln	245
9.6	Moxibustion mit Moxakästchen	246
9.7	Infrarotmoxibustion	246
9.8	Punktauswahl bei der Moxibustion	247
9.9	Patienten Selbstbehandlung mit Moxibustion	248
10	Laserakupunktur	249
10.1	Vorteile der Laserakupunktur	249
10.2	Nachteile der Lasertherapie	250
10.3	Anwendung der Lasertherapie	250

11	Akupressur	251
12	Grundlagen der Ohrakupunktur	254
12.1	Technik der Ohrakupunktur	256
12.2	Repräsentanz des Körpers auf der Ohrmuschel	258
12.3	Numerierung der Ohrpunkte bei der chinesischen Ohrakupunktur	260
12.4	Chinesische Regeln der Punktauswahl am Ohr	264
13	Schädelakupunktur	266
13.1	Vierzehn Behandlungslinien	266
13.2	Methodik	270
14	Handakupunktur	272
14.1	Punkte an der Dorsalseite	272
14.2	Punkte an der Palmarseite	276
15	Akupunkturtherapie	279
15.1	Prinzipien der Akupunkturtherapie und Regeln für die Auswahl von Punkten	279
15.2	Erkrankungen des Bewegungsapparates	291
15.2.1	Kiefergelenkarthrose	292
15.2.2	HWS-Syndrom, Tortikollis, zervikale Spondylosis, rheumatoide Arthritis	292
15.2.3	Interkostalneuralgie, Thoraxprellung, ankylosierende Spondylitis, Zosterneuralgie	293
15.2.4	LWS-Syndrom, Lumbalgie, Lumboischialgie, Ischialgie	293
15.2.5	Schulter-Arm-Syndrom, Periarthritis humeroscapularis	294
15.2.6	Epikondylitis, Tennisellbogen	295
15.2.7	Schmerzen des Handgelenks	295
15.2.8	Schmerzen der Hand, rheumatoide Arthritis, Dupuytren-Kontraktur	295
15.2.9	Koxarthrose, Koxarthritis	296
15.2.10	Gonarthrose, Schmerzen des Kniegelenks	296
15.2.11	Schmerzen des Sprunggelenks	296
15.2.12	Schmerzen der Zehen	297
15.2.13	Rheumatoide Arthritis	297
15.3	Erkrankungen der Atmungsorgane	298
15.3.1	Grippaler Infekt, Erkältungskrankheiten	299
15.3.2	Tonsillitis, Laryngitis	300
15.3.3	Sinusitis maxillaris	300
15.3.4	Sinusitis frontalis	300
15.3.5	Chronische Bronchitis	300
15.3.6	Asthma bronchiale	301
15.4	Kardiovaskuläre Erkrankungen	302
15.4.1	Koronare Herzerkrankungen mit Angina pectoris	302
15.4.2	Herzneurosen	302
15.4.3	Herzrhythmusstörungen	302

15.4.4	Erschöpfungszustände bei Herzerkrankungen	303
15.4.5	Hypertonie	303
15.4.6	Hypotonie	304
15.4.7	Periphere Durchblutungsstörungen	304
15.5	Gastroenterologische Erkrankungen	304
15.5.1	Ösophagitis, Dysphagie	305
15.5.2	Gastritis, Gastroenteritis	305
15.5.3	Ulcus ventriculi et duodeni	306
15.5.4	Diarröh	306
15.5.5	Irritables Kolon, Reizdarm	307
15.5.6	Obstipation	308
15.5.7	Hämorrhoiden, Analfissuren	308
15.5.8	Cholangitis, Cholezystitis, Gallenwegdyskinesie, Gallenkolik	308
15.5.9	Hepatitis	308
15.6	Psychische Störungen und psychiatrische Erkrankungen	309
15.6.1	Depression	309
15.6.2	Psychogene Erschöpfungszustände	311
15.6.3	Erregungszustände	311
15.6.4	Schlafstörungen	311
15.6.5	Schizophrenie	312
15.6.6	Suchterkrankungen, Drogenabhängigkeit	312
15.6.7	Alkoholabhängigkeit	313
15.6.8	Zigarettenabhängigkeit	313
15.6.9	Adipositas, Gewichtsabnahme	313
15.6.10	Sexuelle Störungen	314
15.7	Neurologische Erkrankungen	314
15.7.1	Kopfschmerzen und Migräne	315
15.7.2	Trigeminusneuralgie	317
15.7.3	Hemiparesen	318
15.7.4	Fazialisparese	319
15.7.5	Epilepsie	320
15.8	Gynäkologische Erkrankungen	320
15.8.1	Dysmenorrhö	320
15.8.2	Amenorrhö	321
15.8.3	Adnexitis, Salpingitis	322
15.8.4	Schmerzen bei Tumoren im Beckenraum	322
15.8.5	Pruritis vulvae	323
15.8.6	Hyperemesis gravidarum	323
15.8.7	Analgesie während der Geburt	323
15.8.8	Laktationsschwäche	324
15.9	Urologische Erkrankungen	325
15.9.1	Pyelonephritis, Harnweginfekte, chronische Glomerulonephritis	325
15.9.2	Nierenkolik	326
15.9.3	Prostatitis, Uroneurosen	326
15.9.4	Impotenz, Fertilitätsstörungen beim Mann	326
15.9.5	Enuresis	327
15.10	Hauterkrankungen	327
15.10.1	Acne vulgaris	328
15.10.2	Ulcus cruris, schlecht heilende Wunden	328

15.10.3 Ekzeme, endogenes Ekzem	329
15.10.4 Psoriasis	329
15.10.5 Herpes zoster, Zosterneuralgien	329
15.10.6 Herpes simplex	330
15.11 Erkrankungen der Sinnesorgane	330
15.11.1 Schwerhörigkeit	330
15.11.2 Tinnitus	330
15.11.3 Ménière-Krankheit, Schwindel, Reisekrankheit, Labyrinthitis	331
15.11.4 Chronische Konjunktivitis	331
15.11.5 Glaucoma simplex	331
15.11.6 Visusschwäche	332
15.12 Akute Krankheitsbilder und Notfälle	332
15.12.1 Ohnmacht, Kreislaufkollaps	333
15.12.2 Epileptischer Anfall	333
15.12.3 Akute Schmerzzustände	333
16 Traditionelle chinesische Syndrome (Ätiologie, Pathogenese, Symptomatik und Therapie)	334
Anhang	359
A. Deutsche Standardnomenklatur der Akupunktur	360
B. WHO-Indikationsliste für Akupunktur	363
C. Vergleich der Nomenklaturen Deutsch-Englisch	364
D. Übersetzung chinesischer Ideogramme und Punktenamen	365
E. Chinesische Punktenamen in alphabetischer Reihenfolge	376
F. Index der Akupunkturindikationen	379
G. Historische Abbildungen aus dem „Goldenem Spiegel der Medizin“	381
H. Entsprechungssystem der 5 Wandlungsphasen	384
Literatur	385
Sachverzeichnis	391