

Inhaltsverzeichnis

1	Hintergründe und Kontext.....	1
2	Definition der Depression: Symptome, Epidemiologie, Ätiologie und Behandlung.....	9
3	Theorie der chinesischen Medizin.....	35
4	Ätiologie der Depression gemäß der traditionellen chinesischen Medizin.....	77
5	Die Anwendung der TCM bei Diagnose und Behandlung von Depressionen.....	101
6	Fallbeispiele.....	159
7	Überlegungen zur Forschung.....	169
8	Aspekte der Implementierung.....	185
9	Ausblick.....	195
10	Abschließende Bemerkungen.....	201
	Anhang A.....	203
	Anhang B.....	233
	Anhang C.....	237
	Literatur.....	245

1

Hintergründe und Kontext

1.1	Wesentliche Merkmale des Ansatzes.....	2
1.2	Verbindung von wissenschaftlicher Forschung und chinesischer Medizin.....	3
1.3	Sland der Forschung.....	5

2

Definition der Depression: Symptome, Epidemiologie, Ätiologie und Behandlung

2.1	Major Depression.....	10
2.1.1	Monopolare und bipolare Depression.....	11
2.1.2	Epidemiologie der Major Depression.....	16
2.1.3	Komorbidität von Major Depression und anderen psychischen Störungen.....	16
2.2	Zur Wirksamkeit „konventioneller“ Behandlungs- methoden bei Depressionen.....	18
2.3	Ursachen der Depression.....	25
2.3.1	Psychologische Theorien.....	25
2.3.2	Biologische Theorien.....	28
2.4	Behandlungsmethoden bei Depression.....	30
2.4.1	Psychologische Behandlungsmethoden.....	30
2.4.2	Biologische Behandlungsmethoden.....	32
2.5	Multiple Behandlungsansätze und Ätiologien.....	33

3

Theorie der chinesischen Medizin

3.1	Depressionsdiagnose im Rahmen der traditionellen chinesischen Medizin.....	41
3.2	Vorstellungen von Gesundheit und Krankheit in der chinesischen Medizin.....	42
3.2.1	Yin und Yang.....	43
3.2.2	Die Grund-Energien: Qi, Blut, Essen, Geist und Körpersäfte.....	45
3.3	Die Zang-Fu-Organen.....	48
3.3.1	Die Leber.....	49
3.3.2	Das Herz.....	50
3.3.3	Die Milz.....	51
3.3.4	Die Lunge.....	51
3.3.5	Die Niere.....	52
3.3.6	Die Gallenblase.....	52
3.3.7	Der Magen.....	53
3.3.8	Die Funktionen der Zang-Fu-Organen und ihre Rolle bei Depressionen.....	54
3.4	Diagnose- und Behandlungsrahmen.....	55
3.4.1	Die acht diagnostischen Leitkriterien.....	56
3.4.2	Qi, Blut und Körpersäfte.....	59
3.4.3	Die Meridiane und Netzgefäße.....	59
3.4.4	Das System der Meridiane.....	62
3.4.5	Die Meridiane und Netzgefäße bei der Behandlung von Depressionen.....	64
3.4.6	Die fünf Wandlungsphasen.....	68
3.5	Emotionen und Qi: Das Körper-Geist-Kontinuum.....	71
3.5.1	Die sieben Gefühlsqualitäten und die fünf Emotionen.....	71
3.5.2	Die fünf mentalen und spirituellen Aspekte.....	74
3.5.3	Die fünf Tugenden und andere Entsprechungen der fünf Wandlungsphasen.....	74
3.6	Die Integration von fünf „Filtern“: Ein klinisches Modell..	75

4

Ätiologie der Depression gemäß der traditionellen chinesischen Medizin

Krankheitsursachen und -mechanismen bei Depression...	78
Die sechs Arten der Stagnation.....	78
4.1.2 Die Theorie der ähnlichen Wandlungsformen.....	79
4.1.3 Die Leber-Qi-Stagnation, ihre Auswirkungen und Komplikationen.....	80
Yin-Feuer.....	82
Entwicklung von Depressionsmustern.....	86
Krankheitsmechanismen mit Fülle-Mustern.....	86
Krankheitsmechanismen mit Leere-Mustern.....	87
Depressionen in unterschiedlichen Lebensphasen.....	90
Depressionen in der Adoleszenz.....	90
Depressionen im Leben der Frau.....	91
Depressionen im Alter.....	97
Der theoretische Rahmen bei der Anwendung des Behandlungsansatzes.....	99

5

Die Anwendung der TCM bei Diagnose und Behand- lung von Depressionen

5.1	Behandlung von Disharmoniemustern bei Depressionen.....	102
5.2	Die Muster.....	105
5.2.1	Qi-Stagnation.....	105
5.2.2	Shen-Störung: Leere-Muster.....	110
5.2.3	Shen-Störung: Fülle-Muster.....	114
5.2.4	Qi-/Yang-Mangel.....	116
5.2.5	Yin-Fülle: Nässe und Schleim.....	119
5.2.6	Blut-/Yin-Mangel.....	124
5.2.7	Yang-Fülle und Leere-Hitze.....	127
5.2.8	Die zwölf grundlegenden Muster und Musterkombinationen.....	131
5.3	Strategien und Techniken.....	132
5.4	Richtlinien für die Ausarbeitung der Behandlung.....	134
5.4.1	Die Dynamik des Qi-Flusses in den Meridianen.....	135
5.4.2	Nützliche Punkte und Punktekombinationen bei der Behandlung von Depressionen.....	137
5.4.3	Kombination von Punkten verschiedener Meridiane.....	142
5.4.4	Einfluss der Punkte auf bestimmte Körperareale.....	144
5.5	Besondere Faktoren bei der Behandlung von Schwangerschaftsdepressionen.....	144
5.6	Richtlinien für die Anwendung.....	145
5.7	Besondere Hinweise zur Auswertung der Unter- suchung bei der Beurteilung von Depression.....	147
5.7.1	Der theoretische Rahmen.....	147
5.7.2	Praktische Anwendung des Diagnoserahmens.....	149
5.7.3	Zusammenfassung.....	151

6

Fallbeispiele

6.1	Tanya.....	160
6.2	Karen.....	161
6.3	Francesca.....	163
6.4	Tim.....	165

7

Überlegungen zur Forschung

7.1	Forschungsprobleme: Effektivität und Effizienz.....	170
7.2	Design von Therapiestudien.....	172
7.2.1	Klinische Beobachtung und Fallstudien.....	172
7.2.2	Wartelistenkontrolle.....	172
7.2.3	Plazebokontrolle.....	172
7.2.4	Simulationskontrolle.....	173
7.2.5	Vergleich zur Standardtherapie.....	174
7.2.6	Akupunktur plus Standardtherapie vs. ausschließliche Behandlung mit Standardtherapie.....	175
7.3	Der Goldstandard beim Design von Wirksamkeitsstudien...	176
7.3.1	Randomisiert kontrollierte Doppelblindstudien.....	176
7.3.2	Besondere Problemstellungen bei der Verblindung.....	177
7.3.3	Reproduzierbarkeit der Behandlung.....	178
7.3.4	Ethische Probleme.....	179
7.3.5	Auswertung der Studien.....	179
7.4	Veranschaulichung eines Studiendesigns: Eine Pilotstudie zur Wirksamkeit von Akupunktur bei der Behandlung von Major Depression.....	180
7.5	Der ideale Forschungsablauf.....	184

8

Aspekte der Implementierung

8.1	Akute Symptome und Durchführung der Therapie.....	185
8.1.1	Nicht-psychiatrische Symptome, die eine Überweisung zu einem Arzt erfordern.....	186
8.1.2	Akute psychiatrische Symptome, die eine Überweisung erfordern.....	186
8.1.3	Die Beziehung zwischen Akupunkteur und Patient.....	190
8.2	Akupunktur in Kombination mit anderen Therapieverfahren.....	192

9

Ausblick

9.1	Depression bei älteren Menschen.....	196
9.2	Schwangerschaftsdepression.....	197
9.3	Depression in der Adoleszenz.....	199