

Entwicklung der Akupunktur



Akupunktur hat eine lange Tradition	12
■ Von Taoismus und Konfuzianismus	13
Spezial: Verschiedene Kulturen – verschiedene Therapien	14
■ Das Interesse des Westens ist geweckt	15
Wissenschaftliche Erkenntnisse zur Akupunktur	17
■ Schmerzleitung	18
■ Die »sofort analgetische Wirkung«	19
■ Langzeitwirkung	19
■ Psychische Wirkung der Akupunktur	21
■ Klinische Bedeutung	22
Spezial: Deutschland – das Land der größten Akupunkturstudien	23
Akupunktur in der westlichen Medizin	25

Akupunktur und Chinesi- sche Medizin heute



Tao – Lebensenergie Qi – Yin und Yang	28
■ Das Tao	28
■ Das Qi	29
■ Yin und Yang	30
Akupunkturmeridiane	32
■ Organe und Meridianverlauf	33
Akupunkturpunkte	35
■ Punktlokalisierung	36
■ Stichtechnik und Akupunkturnadeln	37
Spezial: Diese Akupunkturpunkte sollten Sie kennen	38
Die 5 Elemente und die chinesischen Syndrome	39
■ Zuordnungen	40
■ Die wechselseitige Beeinflussung	42
■ Syndrome	43
■ Diagnostik und Therapie des energetischen Zustands	44
Chinesische Diagnostik	47
■ Fülle (Shi) und Leere (Xu)	47
■ Außen (Biao) und Innen (Ben)	49
■ Hitze (Re) und Kälte (Han)	49
■ Weitere diagnostische Kriterien	50
Spezial: Erstellen Sie Ihre eigene chinesische Diagnostik	52
Ergänzende therapeutische Maßnahmen	55
■ Moxibustion	55
■ Schröpfen	57

■ Ohrakupunktur	58
■ Chinesische Schädelakupunktur und Yamamoto – Neue Schädelakupunktur	58
■ Elektroakupunktur	60
■ Lasertherapie	60
■ Akupressur und Akupunkt-Massage	61
■ Kombination mit anderen Therapieverfahren	62
■ Akupunktur und angewandte Kinesiologie	63
Chinesische Ernährungstherapie	65
■ Die Klassifizierung der Nahrung	65
■ Die therapeutische Wirkung der Nahrungsmittel	66
■ Ernährung nach Yin und Yang	69
■ Ernährung und das Prinzip der 5 Elemente	71
Chinesische Arzneikräutertherapie	76
■ Prinzip der Phytotherapie	77
Spezial: Phytotherapie-Rezepte	78

Was kann mit Akupunktur behandelt werden?



Augenerkrankungen	82
■ Altersabhängige Makuladegeneration ☆☆☆	82
■ Chronische Bindehautentzündung ☆☆☆	84
■ Grüner Star ☆☆	85
■ Netzhautentzündung ☆	86
■ Entzündung des Sehnervs ☆☆☆	87
Ohrenerkrankungen	88
■ Mittelohrentzündung ☆☆☆	88
■ Tinnitus ☆☆	88

■ Gleichgewichtsstörung ☆☆☆	89
■ Entzündung des Gleichgewichtsners ☆☆☆	90
Herz-Kreislauf-Erkrankungen	92
■ Funktionelle Herzerkrankung ☆☆	92
■ Bluthochdruck, niedriger Blutdruck, Kreislaufstörungen, vegetative Dystonie ☆☆	93
■ Arterielle und venöse Durchblutungsstörungen ☆☆	94
Erkrankungen der Atmungsorgane	95
■ Allergie ☆☆☆	95
■ Lungenasthma ☆☆, Asthma bei Kindern ☆☆☆	97
■ Chronische Infektanfälligkeit ☆☆☆	98
■ Fieberhafte Erkältung, Grippe ☆☆	99
■ Rachenentzündung, Husten ☆☆☆	101
■ Nasennebenhöhlenentzündung ☆☆☆	102
■ Bronchitis ☆☆	102
Magen-Darm-Erkrankungen	103
■ Entzündliche Darmerkrankungen ☆☆☆	103
■ Funktionsstörung des Darms ☆☆☆	106
■ Nervöser Magen, Magenschleimhautentzündung, Magengeschwür ☆☆	107
■ Erbrechen ☆☆☆	107
■ Schluckbeschwerden, Fremdkörpergefühl im Hals ☆☆	109
Gynäkologische Erkrankungen und Erkrankungen der Blase	110
■ Empfängnisstörung ☆☆☆	110
■ Geburtserleichterung ☆☆☆	112
■ Fehlender Milcheinschuss und Entzündung der Milchdrüsen ☆☆☆	113
■ Menstruationsstörungen, Regelschmerzen, Ausbleiben der Regel ☆☆	113
■ Hormonelle Umstellung der Frau ☆☆☆	114
■ Akute und chronische Blasenentzündung ☆☆☆	115
■ Nächtliches Einnässen bei Kindern ☆☆	117
Erkrankungen des Bewegungsapparats	119
■ Schmerzen der Gesichtsmuskeln und Kiefergelenkarthrose ☆☆	119
■ Nackenschmerzen und eingeschränkte Beweglichkeit der HWS nach Schleudertrauma ☆☆☆	120

■ Akuter Schiefhals ☆☆☆	122
■ Schulterschmerzen ☆☆☆	123
■ Spannungskopfschmerzen, oberes HWS-Syndrom ☆☆☆	126
■ Ellbogenschmerzen, Tennisarm ☆☆☆, Golferarm ☆☆	128
■ Schmerzen in der Brustwirbelsäule, Interkostalneuralgie ☆☆☆	130
■ Rückenschmerzen, chronischer Kreuzschmerz, Hexenschuss ☆☆☆	131
■ Rücken-Bein-Schmerzen, Ischiasschmerzen ☆☆☆	135
■ Hüftgelenkverschleiß, Hüftfehlstellung, Schleimbeutelentzündung an der Hüfte ☆☆☆	137
■ Knieschmerzen bei Kniegelenkverschleiß ☆☆☆, Knorpelschaden der Kniescheibe, Patellaspitzenyndrom ☆☆☆	138
■ Wadenmuskelkrämpfe ☆☆	140
■ Zerrung des Sprunggelenks, Schmerzen an der Achillessehne, Fersenschmerz ☆☆☆	141
■ Rheumatische Gelenkerkrankung ☆	142
Hauterkrankungen	143
■ Schlecht heilende Wunden am Unterschenkel, offene Unterschenkelgeschwüre ☆☆☆	143
■ Akne ☆☆	145
■ Herpes labialis ☆☆☆, Herpes genitalis ☆	145
■ Gürtelrose ☆☆, chronische Post-Zoster-Neuralgie ☆	146
■ Schuppenflechte ☆☆	147
■ Neurodermitis ☆☆	148
■ Kosmetische Akupunktur ☆☆☆	149
Nervenerkrankungen	151
■ Gefäßbedingter Kopfschmerz (Migräne) ☆☆☆	151
■ Trigeminusneuralgie ☆☆☆	153
■ Gesichtsnervenlähmung ☆☆☆	155
■ Karpaltunnelsyndrom ☆☆	156
■ Lähmungen nach Schlaganfall ☆☆	157
■ Epileptische Erkrankung ☆	157
■ Parkinson-Krankheit ☆☆☆	158
■ Multiple Sklerose ☆☆	158

Suchtbehandlung	160
■ Raucherentwöhnung ☆☆	160
■ Gewichtsreduktion bei Übergewicht und Fettsucht ☆☆	161
Psychische Störungen	163
■ Leichte Depressionen und Angststörungen ☆☆☆	163
■ Chronisches Müdigkeitssyndrom, Burn-out ☆☆☆	164
■ Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom, Zappelphilippsyndrom, Hyperaktivität ☆☆	166
■ Schlafstörungen ☆☆	168
■ Lampenfieber und Prüfungsangst ☆	169
■ Sexuelle Störungen ☆☆	170
Erkrankungen im Kindesalter ☆☆☆	171
Krebserkrankungen ☆☆	173



■ Woran erkennt man eine fachgerechte Akupunktur?	176
■ Akupunktur statt Operation?	178
■ Eventuelle Nebenwirkungen	178
■ So tragen Sie zum Erfolg der Akupunktur bei	180
■ Wo ist die Akupunktur überfordert?	180
■ Kosten der Akupunkturbehandlung	181
■ Indikationsliste für Akupunktur	181
■ Patienteninformationen zu Akupunktur und Chinesischer Medizin – Adressen	183
■ Literaturempfehlung	185
■ Bildtafel: Die Akupunkturpunkte des Menschen	186
■ Register	188