

# Inhaltsverzeichnis

Danksagung .....	V
Geleitwort .....	VI
<b>1 Einleitung</b> .....	<b>1</b>
1.1 Der Aufbau dieses Buches .....	1
1.2 Warum überhaupt Akupunktur? .....	1
1.3 Kurzer historischer Abriss: Akupunktur – eine Säule der Chinesischen Medizin .....	2
<b>2 Chinesische und westliche Grundlagen der Akupunktur</b> .....	<b>4</b>
2.1 Die Grundlagen Chinesischer Medizin: Philosophie, Naturbetrachtung und Systematisierung .....	4
2.1.1 Yin und Yang .....	5
2.1.2 Qi .....	9
2.1.3 Xue (Blut) .....	12
2.1.4 Qi und Blut – ihr Verhältnis zueinander .....	12
2.1.5 Das System der Leitbahnen .....	13
2.1.6 Äußere pathogene Faktoren .....	17
2.1.7 Die Funktionskreise .....	20
2.1.8 Die Fünf Wandlungsphasen .....	31
2.1.9 Diagnostisches Vorgehen .....	34
2.2 Westliche Konzepte der Akupunktur .....	44
2.2.1 Physiologische Grundlagen .....	44
2.2.2 Mit den Händen Sehen lernen – Palpation und Diagnostik .....	47
2.2.3 Das Achsenkonzept .....	49
2.2.4 Erweiterte Interpretation des Achsenkonzepts nach Gleditsch .....	51
2.2.5 Triggerpunktakupunktur .....	53
2.2.6 Mikro-Aku-Punkt-Systeme (MAPS) .....	84
2.2.7 Segmentanatomie .....	100
<b>3 Das integrative praktische Vorgehen</b> .....	<b>104</b>
3.1 Integrative Anamnesetechnik nach Ots .....	104
3.2 Differenzierung von Außen-/Innen- und Leitbahn-Erkrankungen .....	105
3.3 Das pragmatische Therapiekonzept für Leitbahn-Erkrankungen .....	106
3.3.1 Behandlung über die Leitbahnachsen .....	107
3.3.2 Behandlung über Mikrosysteme .....	112
3.3.3 Behandlung über Triggerpunkte .....	114
3.4 Erweiterte Sichtweise bei Innen-Erkrankungen .....	115
3.4.1 Das Eisbergmodell .....	116
3.4.2 Sprachbilder .....	117

<b>4</b>	<b>Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Zuordnung zum Leitbahnsystem</b> . . . . .	121
4.1	Systematik der Akupunkturpunkte . . . . .	121
4.1.1	Lokalisieren und Auffinden von Akupunkturpunkten . . . . .	122
4.1.2	Kategorien von Punkten . . . . .	124
4.1.3	De Qi . . . . .	124
4.2	Die Leitbahnen und ihre Akupunkturpunkte . . . . .	126
4.2.1	1. Umlauf . . . . .	126
4.2.1	2. Umlauf . . . . .	136
4.2.3	3. Umlauf . . . . .	148
4.2.4	Außerordentliche Leitbahnen . . . . .	155
<b>5</b>	<b>Techniken der Akupunktur</b> . . . . .	160
5.1	Nadeltechniken . . . . .	160
5.1.1	Wahl der Akupunkturnadel . . . . .	160
5.1.2	Halten der Akupunkturnadel . . . . .	161
5.1.3	Der Einstich . . . . .	161
5.1.4	Verweildauer der Nadel . . . . .	161
5.1.5	Nadelstimulation . . . . .	162
5.1.6	Stufenschema für die Akupunkturbehandlung . . . . .	162
5.2	Triggerpunktakupunktur (Dry Needling) . . . . .	163
5.2.1	Direktes Dry Needling . . . . .	163
5.2.2	Dry Needling der muskulären Faszie . . . . .	164
5.2.3	Oberflächliches Dry Needling . . . . .	165
5.3	Moxibustion . . . . .	165
5.4	Schröpftechniken . . . . .	166
5.5	Weitere Stimulationsverfahren . . . . .	166
5.5.1	ESA . . . . .	166
5.5.2	TENS . . . . .	167
5.5.3	Akupressur . . . . .	167
5.5.4	Laserakupunktur . . . . .	167
5.5.5	Sonstige Verfahren . . . . .	168
<b>6</b>	<b>Der Schritt vom Punkt in die Praxis</b> . . . . .	169
6.1	Vom Befund zur Diagnose der Chinesischen Medizin – Ein Leitfaden . . . . .	169
6.1.1	Außen-/Innen- oder Leitbahn-Erkrankung? . . . . .	170
6.1.2	Wege zur Diagnose . . . . .	172
6.1.3	Vertrauen in das eigene Vermögen . . . . .	172
6.2	Fallbeispiele . . . . .	172
6.2.1	Fallbeispiel 1: Akutes Schulter-Arm-Syndrom . . . . .	172
6.2.2	Fallbeispiel 2: Gestörte Greiffunktion des Daumens . . . . .	173
6.2.3	Fallbeispiel 3: Komplexes regionales Schmerzsyndrom (CRPS; früher: Sudeck-Syndrom) . . . . .	174
6.2.4	Fallbeispiel 4: Gonarthrose . . . . .	176
6.2.5	Fallbeispiel 5: Sinusitis . . . . .	178
6.2.6	Fallbeispiel 6: Okzipitaler Kopfschmerz . . . . .	179
6.2.7	Fallbeispiel 7: Migräne . . . . .	182
6.2.8	Fallbeispiel 8: Akuter Lenden-Becken-Hüft-Schmerz . . . . .	185
6.2.9	Fallbeispiel 9: Lumboischialgie . . . . .	186

<b>7</b>	<b>Indikationen, Kontraindikationen, Nebenwirkungen</b> .....	190
7.1	Indikationen .....	190
7.2	Kontraindikationen .....	192
7.3	Nebenwirkungen .....	192
7.3.1	Endogene Nebenwirkungen .....	192
7.3.2	Iatrogene Nebenwirkungen .....	193
<b>8</b>	<b>Akupunktur und Wissenschaft</b> .....	194
8.1	Grundlagenarbeiten zur Akupunktur .....	194
8.2	Klinische Studien zur Akupunktur .....	195
8.2.1	Modellvorhaben zur Akupunktur .....	196
8.2.2	Übersicht über die GERAC-Studien (German acupuncture clinical trials) .....	198
8.2.3	Acupuncture Randomized Trials (ART) .....	199
8.3	Übersichtsarbeiten .....	200
9	Literatur .....	202
10	Abbildungsnachweis .....	206
11	Sachverzeichnis .....	207