

Inhaltsverzeichnis

Danksagung	V
Geleitwort	VI
1 Einleitung	1
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
2 Chinesische und westliche Grundlagen der Akupunktur	4
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
3 Das integrative praktische Vorgehen	104
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 Leitbahnnachsen	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

4	Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Zuordnung zum Leitbahnsystem	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
5	Techniken der Akupunktur	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
6	Der Schritt vom Punkt in die Praxis	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

7	Indikationen, Kontraindikationen, Nebenwirkungen	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
8	Akupunktur und Wissenschaft	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