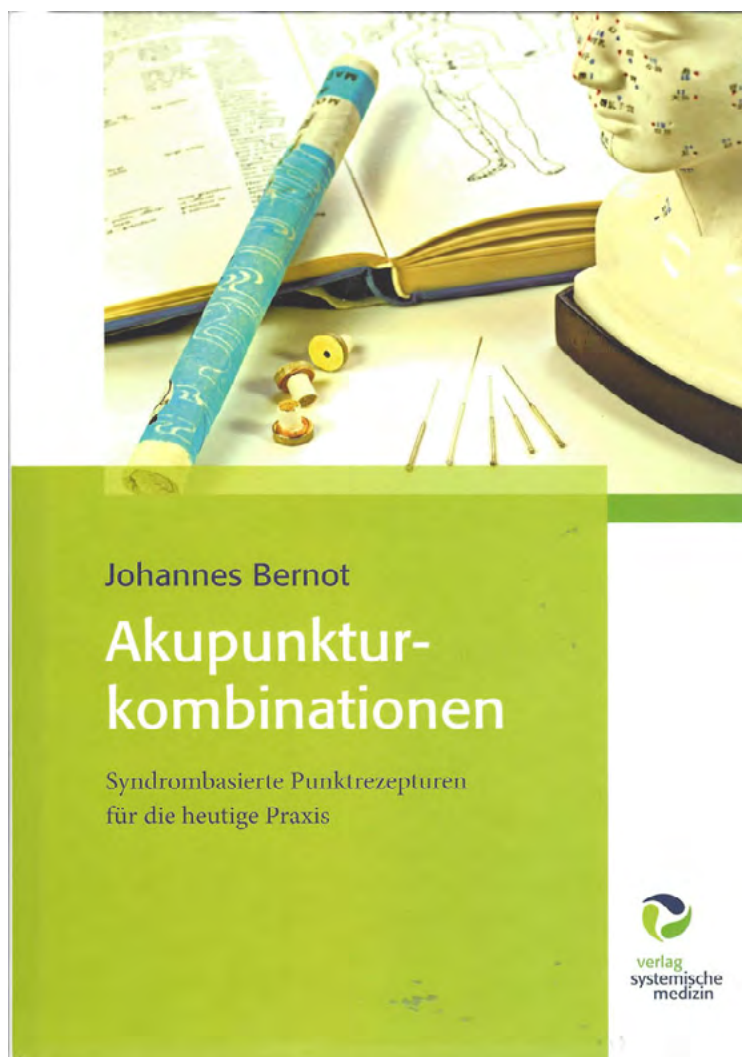




Bernot, J. **Akupunkturkombinationen**



zum Bestellen [hier](#) klicken

by naturmed Fachbuchvertrieb

Aidenbachstr. 78, 81379 München

Tel.: + 49 89 7499-156, Fax: + 49 89 7499-157

Email: info@naturmed.de, Web: <http://www.naturmed.de>



Johannes Bernot

Akupunktur- kombinationen

Syndrombasierte Punktrezepturen
für die heutige Praxis



verlag
systemische
medizin

Inhalt

Einleitung	VII
Teil I Theoretische Grundlagen	1
Kapitel 1 Grundlegende Bestandteile einer Akupunkturkombination	3
Kapitel 2 Punktauswahl nach den Grundlagen der Chinesischen Medizin	13
Kapitel 3 Methoden der Punktkombination	31
Teil II Akupunkturkombinationen	41
Kapitel 1 Das Äußere entlastende Kombinationen	43
Kapitel 2 Hitze klärende Kombinationen	71
Kapitel 3 Feuchtigkeit vertreibende Kombinationen	119
Kapitel 4 Wind ausleitende Kombinationen	153
Kapitel 5 Schleim lösende Kombinationen	181
Kapitel 6 Qi regulierende Kombinationen	213
Kapitel 7 Blut regulierende Kombinationen	253
Kapitel 8 Kälte erwärmende Kombinationen	277
Kapitel 9 Harmonisierende Kombinationen	295
Kapitel 10 Tonisierende Kombinationen	313
Kapitel 11 Adstringierende Kombinationen	361
Kapitel 12 Shen (Geist) beruhigende Kombinationen	389
Kapitel 13 Kombinationen zur Öffnung der Sinne	407
Kapitel 14 Abführende und Stagnationen lösende Kombinationen	427
Teil III Anhang	449
Die wichtigsten Kombinationsmethoden	451
Akupunkturkombinationen nach Indikationen von A bis Z	453
Akupunkturpunkte und Sonderbezeichnungen	465
Akupunkturpunkt-Übersicht	473
Bibliographie	477
Stichwortverzeichnis	481

Zum Gebrauch des Buchs

Aufbau der „Akupunkturrezepturen“

Viele Patienten, die man in einer modernen Akupunktur-Praxis antrifft, leiden an multiplen Krankheitsmustern. Die Einteilung der Kombinationen nach der Syndromdiagnostik der Chinesischen Medizin macht es möglich, auch bei komplexen Krankheitsbildern den Überblick zu behalten, wodurch die Therapie deutlich erleichtert wird. Der diagnostische Zugang über die Syndromdiagnostik ist sehr praxisorientiert. Er ermöglicht es dem Therapeuten, mit geringem Aufwand und möglichst effizient ein weites Spektrum an Störungen abzudecken und flexibel auf klinische Veränderungen zu reagieren.

Die Chinesische Medizin bietet sowohl in der Arzneitherapie als auch in der Akupunktur für jedes Syndrom die passenden Therapieansätze. In den *Akupunkturkombinationen* werden die wichtigsten und häufigsten Syndrome und Krankheitsbilder besprochen und die entsprechenden Akupunkturkombinationen detailliert beschrieben.

Wie in der Arzneitherapie ist es auch in der Akupunktur wichtig zu verstehen, was die einzelnen Bestandteile einer Rezeptur bewirken, um abzuwägen zu können, ob und in welcher Intensität sie in einem bestimmten Fall benötigt werden oder nicht. Hat man das Wissen um die einzelnen Bestandteile und ihre Wirkweise verinnerlicht und kennt den Kontext, in dem sie ausgewählt werden, ist es ein Leichtes, Rezepturen zu modifizieren, um sie möglichst effektiv und effizient einzusetzen.

Viele Rezepturen in den *Akupunkturkombinationen* sind klassisch überlieferte Kombinationen. Außerdem gibt es Rezepturen, die aus unterschiedlichen klassischen Quellen stammen. Oder es handelt sich um neue Akupunkturkombinationen, entstanden aus den klinischen Erkenntnissen und Erfahrungen moderner Akupunkteure. Klassische Akupunkturkombinationen haben den Vorteil, dass sie den Test der Zeit bereits bestanden haben. Etwas, das nicht funktioniert, hält sich keine 2000 Jahre lang. Dies haben sich viele Ärzte der Neuzeit zunutze gemacht und versucht, klassische Rezepturen auf ein möglichst breites Spektrum von Erkrankungen im modernen klinischen Umfeld anwendbar zu machen. Damit profitiert die moderne medizinische Wissenschaft von der klassischen Medizinwissenschaft Chinas: Beobachtung und Empirie.

Orientierung und Anwendung

Der Aufbau der *Akupunkturkombinationen* orientiert sich an der klassischen Literatur der Chinesischen Medizin. Die einzelnen Kapitel sind gemäß den wichtigsten Syndromen in weitere Unterkapitel eingeteilt.

Für jede Akupunkturkombination gibt es entweder eine oder mehrere Quellen. Gab es in der Literatur mehrere Quellen, wurde die Akupunkturkombination aus den relevanten Komponenten zusammengestellt, um für das jeweilige Krankheitsbild eine optimale Lösung zu bieten.

Einen Überblick über die verwendeten Akupunkturpunkte jeder Kombination gibt

zum einen eine Liste mit den internationalen Bezeichnungen und den *Pinyin*-Namen. Außerdem ist jede Kombination in einer Abbildung visuell dargestellt. Dies hat den Vorteil, dass die Akupunkturkombination in einem ganzkörperlichen Kontext gesehen und verstanden werden kann.

Die Angaben zur Anwendung der Akupunkturkombination wurden auf die wesentlichen Merkmale beschränkt, um die therapeutische Freiheit nicht unnötig einzuschränken. Es ist beispielsweise immer angegeben, ob eine tonisierende oder eine sedierende Technik anzuwenden ist, welche der tonisierenden oder sedierenden Stimulationstechniken zu verwenden ist, bleibt dem Therapeuten überlassen.

Die beschriebene Funktion einer Akupunkturkombination ergibt sich in den

meisten Fällen direkt aus der Pathogenese und der TCM-Diagnose. Bei Hitze wird gekühlt, bei Stagnationen wird zerstreut, bei Mangel wird tonisiert usw.

Die Angabe der Leitsymptome sowie Zungen- und Pulsbefunde erleichtern das Auffinden der passenden Rezeptur.

In jeder Rezeptur wird außerdem mehr oder weniger ausführlich das Krankheitsbild und die Akupunkturkombination erläutert. Dadurch können adäquate Modifikationen gewählt und die Therapie immer dem aktuellen Krankheitsgeschehen gemäß durchgeführt werden.

Jede dargestellte Akupunkturkombination schließt mit einer Liste klinischer Anwendungen, bei denen diese Kombination in adäquaten Modifikationen angewendet werden kann.

6 Qi regulierende Kombinationen

Abschnitt 1: Qi bewegende Kombinationen	217
6.1 Leber-Qi-Stagnation	217
6.2 Depression (Leber-Qi-Stagnation)	219
6.3 Thorakales Engegefühl (Qi-Stagnation im Oberen <i>Jiao</i>)	221
6.4 Thorakaler Spannungsschmerz (Leber- und Gallenblasen-Qi-Stagnation)	222
6.5 Bauchschmerzen (Qi-Stagnation des Mittleren <i>Jiao</i>)	224
6.6 Menstruationsbeschwerden (Leber-Qi-Stagnation)	226
6.7 Obstipation (Milz- und Leber-Qi-Stagnation)	228
6.8 Blähungen (Leber-Qi-Stagnation mit Feuchtigkeit)	230
6.9 Globus hystericus (<i>Mei He Qi</i>)	232
6.10 Hörverlust (<i>Er Long</i> – Qi-Stagnation der <i>Shaoyang</i> -Leitbahn)	234
Abschnitt 2: Qi herabführende Kombinationen	237
6.11 Chronischer Husten (Kälte-Schleim)	237
6.12 Husten (Schleim-Hitze)	239
6.13 Verdauungsstörungen (Nahrungs-Stagnation) bei Säuglingen	240
6.14 Asthma bronchiale (Lungen-Qi-Mangel, Schleim-Stagnation der Lunge)	242
6.15 Erbrechen (Magen-Hitze)	244
6.16 Erbrechen (Magen-Kälte)	246
6.17 Ösophagusachalasie (Qi- und Schleim-Stagnation)	247
6.18 <i>Ben Tun</i> (Rennendes-Ferkel-Syndrom)	249

Einleitung

Qi regulierende Kombinationen fördern die *Qi*-Zirkulation, lösen *Qi*-Stagnationen auf und regulieren gegenläufiges *Qi*. *Qi* zirkuliert durch den Körper, schützt vor pathogenen Einflüssen und schädlichen Umwelteinflüssen, schützt die *Zang-Fu*-Organe und bildet den Antrieb für Blut- und Nährstofftransport. Störungen der *Qi*-Zirkulation sind die Folge von übermäßigem Stress, psychoemotionalen Störungen, geistiger und körperlicher Überlastung, Fehlernährung und äußeren Einflüssen. *Qi*-Störungen entstehen aufgrund von Mangelsituationen, z.B. Milz-*Qi*-Mangel, Lungen-*Qi*-Mangel oder Fülle-Situationen wie einer Leber-*Qi*-Stagnation oder gegenläufigem Magen-*Qi*.

- Bei *Qi*-Mangel werden *Qi* tonisierende Kombinationen eingesetzt. Meist wird tonisierend genadelt, oft in Kombination mit Moxibustion.
- Bei *Qi*-Stagnationen kommen *Qi*-Fluss fördernde und Stasen lösende Kombinationen zur Anwendung: Es wird sediert, Moxibustion wird selten eingesetzt.
- Bei gegenläufigem *Qi* wird der *Qi*-Fluss reguliert und nach unten geleitet.

Unterschiedliche Störungen der *Qi*-Zirkulation können einzeln, aber auch in Mischformen auftreten. Bei Mischformen werden die jeweiligen Therapieansätze kombiniert.

Qi bewegende Kombinationen

Bei *Qi* bewegenden Kombinationen liegt der Schwerpunkt auf der Aktivierung der *Qi*-Zirkulation und der Zerstreuung der *Qi*-Stagnation. Meist geht eine *Qi*-Stagnation einher mit einer Stagnation von Blut,

Nahrung, Schleim oder anderen Substanzen. Tritt eine *Qi*-Stagnation in einem bestimmten Organ auf, beeinträchtigt sie die Funktion anderer *Zang-Fu*-Organe. Diese Komplikationen müssen bei der Behandlung mitberücksichtigt werden, entweder direkt oder präventiv. Besonders häufig kommt es zur Stagnation des Mittleren *Jiao* (Milz und Magen) und zur Stagnation des Leber-*Qi*.

■ Symptome:

- Eine *Qi*-Stagnation des Mittleren *Jiao* ist gekennzeichnet durch abdominale und epigastrische Spannungs- und Völlegefühle, Appetitmangel, Übelkeit, Erbrechen, Reflux, Aufstoßen und Obstipation.
- Das Hauptmerkmal einer Leber-*Qi*-Stagnation sind das schmerzhaftes Spannungs- und Engegefühl des Rumpfs (Brust, Rippenbogen, Abdomen), vermehrtes Seufzen, Stimmungsschwankungen sowie unregelmäßige Menstruation und Dysmenorrhö.

■ **Klinische Anwendungen:** Magen-Darm-Erkrankungen wie Ulkuskrankheit, Gastritis, Enteritis, Schluckbeschwerden; psychische Störungen wie Depression, Neurosen, stressbedingte Störungen, Panikstörungen, Globus hystericus (*Me He Qi*); Hernien.

■ **Akupunkturpunkte:** Häufig werden Punkte entlang des *Ren Mai* und im Verlauf der Perikard-, Leber-, Magen- und *Sanjiao*-Leitbahn gewählt, z.B. Ren 17 *Shanzhong*, Pe 6 *Neiguan*, Le 3 *Taichong*, Le 13 *Zhangmen*, Le 14 *Qimen*, Ma 36 *Zusanli*, Ma 40 *Fenglong*, Bl 18 *Ganshu*, Sj 6 *Zhigou*.

Qi herabführende Kombinationen

Bei Qi herabführenden Kombinationen liegt der Schwerpunkt darauf, gegenläufiges Qi zu regulieren und abwärts zu führen. Gegenläufiges Qi entsteht meist aufgrund einer Stagnation oder Blockade, z.B. durch Qi, Blut, Schleim oder unverdaute Nahrung, welche die physiologische Qi-Bewegung behindert und umkehrt. Besonders häufig betroffen sind Lunge, Magen und Leber.

Symptome:

- Gegenläufiges Lungen-Qi ruft Husten, Keuchatmung, Kurzatmigkeit und Dyspnoe hervor.
- Gegenläufiges Magen-Qi verursacht Reflux, Aufstoßen, Schluckauf und Erbrechen.

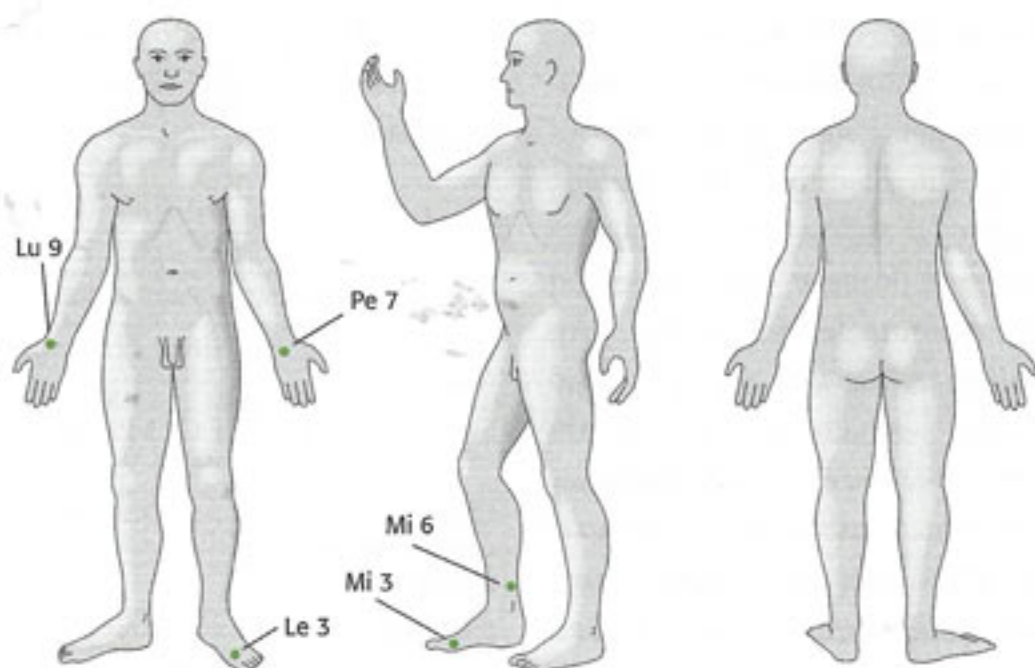
- Gegenläufiges Leber-Qi führt zu Schwindel, Kopfschmerzen und Erbrechen.

■ **Klinische Anwendungen:** Magen-Darm-Erkrankungen wie Ulkuskrankheit, Gastritis, Übelkeit, Erbrechen, Schwangerschaftsübelkeit; Erkrankungen der Atemwege wie Husten, Keuchatmung, Asthma; Globus hystericus (*Mei He Qi*).

■ **Akupunkturpunkte:** Häufig werden Punkte entlang des *Ren Mai* und im Verlauf der Blasen-, Magen- und Perikard-Leitbahn gewählt, z.B. Bl 13 *Feishu*, Ren 12 *Zhongwan*, Ren 17 *Shanzhong*, Ren 22 *Tiantu*, Ma 36 *Zusanli*, Pe 6 *Neiguan*.

9.1 Abdominale Schmerzen (Leber-Qi attackiert die Milz)

Ursprung *Glorious Anthology*



Kombination

Le 3	Taichong
Pe 7	Daling
Mi 6	Sanyinjiao
Mi 3	Taibai
Lu 9	Taiyuan

Ausführung

Tonsieren aller Punkte, Dauer der Nadelung: ca. 30 Minuten.

Funktion

Leber-Qi ausbreiten, Milz harmonisieren, Qi-Fluss regulieren, Schmerzen lindern.

Pathogenese

Leber-Qi attackiert die Milz und verursacht abdominale Schmerzen.

Leitsymptome und Befunde

- **Symptome:** abdominelles Unwohlsein, Spannungs- und Engegefühl und Bauchschmerzen mit wechselnder Lokalisation und Ausstrahlung in die lateralen Rippenbögen und/oder in den Unterbauch; Dysmenorrhö, unregelmäßige Menstruation. Verschlechterung unter dem Einfluss psychoemotionaler Faktoren.
- **Zunge:** weißer Zungenbelag.
- **Puls:** gespannt.

Erläuterung

Unterdrückte Emotionen, Stress, Depression und Reizbarkeit führen zu einer Leber-Qi-Stagnation und Bildung von gegenläufigem Leber-Qi, das die Milz angreift und abdominale Schmerzen verursacht. Die Kombination reguliert das Leber-Qi und harmonisiert die Milz, besänftigt den Qi-Fluss und stillt Schmerzen.

Modifikationen

Sodbrennen und
übel riechendes
Aufstoßen

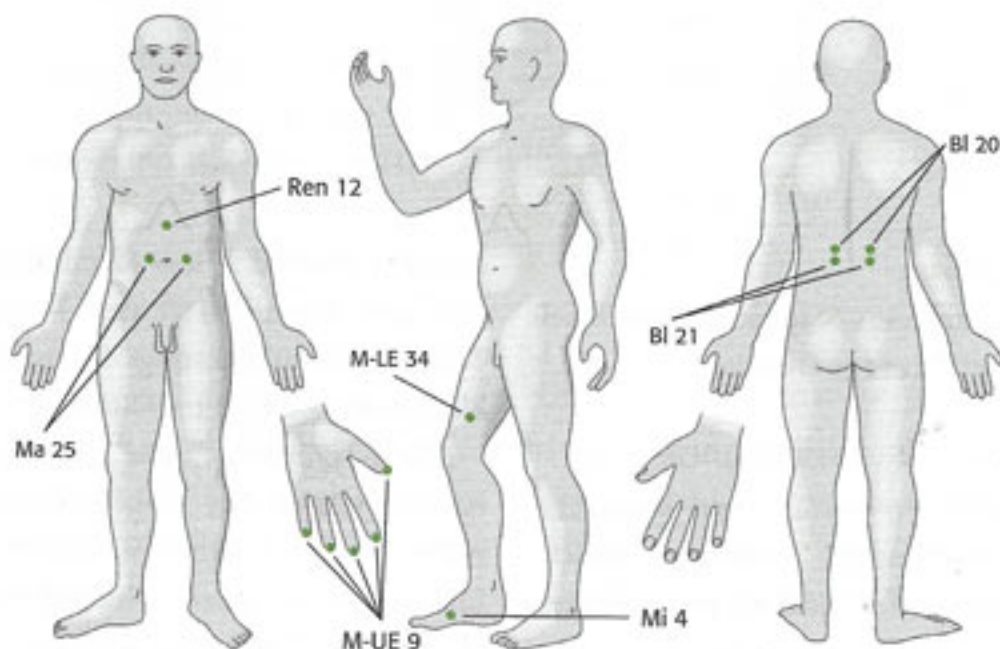
+ Gb 40 *Qiuxu*, Mi 4 *Gongsun*

Klinische Anwendungen

Verdauungsstörungen, chronische Enteritis, akute oder chronische Gastroenteritis, Diarrhö, Dysenterie.

14.3 Gan Ji (Mangelernährung und Nahrungs-Stagnation)

Ursprung *Practical Prescriptology of Acupuncture and Moxibustion*



Kombination

M-UE 9	<i>Sifeng</i>
Ren 12	<i>Zhongwan</i>
Bl 20	<i>Pishu</i>
Bl 21	<i>Weishu</i>
Mi 4	<i>Gongsun</i>
Ma 25	<i>Tianshu</i>
M-LE 34	<i>Baichongwo</i>

Ausführung

Blutigstechen an M-UE 9 *Sifeng*, oberflächliches Stechen an den übrigen Punkten. Zu-

sätzliche Moxibustion an Bl 20 *Pishu*, Bl 21 *Weishu* und Mi 4 *Gongsun*.

Funktion

Nahrungs-Stagnation auflösen, die Funktion der Umwandlung unterstützen, Milz und Magen harmonisieren und regulieren.

Pathogenese

Schädigung von Milz- und Magen mit Nahrungs-Stagnation und Malassimilation bei Säuglingen und Kleinkindern.

Leitsymptome und Befunde

Der chinesische Begriff *Gan Ji* meint die oft bei Kindern kombiniert auftretenden Erkrankungen – die kindliche Mangelernährung (*Gan*) und die kindliche Nahrungs-Stagnation (*Ji*).

- **Symptome bei Gan:** Erschöpfung, Gewichtsverlust und Abmagerung, Dehydratation, aufgeblähtes Abdomen mit hervorstehendem Bauchnabel, blasser Gesichtsfarbe, trockene Haut, Nägel und Haare, vermehrter Haarausfall, Sehstörungen.
- **Symptome bei Ji:** Diese Erkrankung ähnelt in ihrer Symptomatik der Dyspepsie bei Erwachsenen und wird oft assoziiert mit Obstipation, Diarrhö, Erbrechen, Bauchschmerzen, parasitärem Befall usw., in manchen Fällen kommt es zu Fieberschüben am Nachmittag, trübem Urin, unter Umständen entwickelt das Kind das Verlangen, Asche, Erde oder Ähnliches zu essen.

Erläuterung

Die Chinesische Medizin betrachtet die Milz als den Minister über die Nahrungsspeicher und den Magen als das Meer der Nahrung (Meer von Wasser und Getreide). Gemeinsam sorgen sie dafür, dass Nahrung aufgenommen, umgewandelt, verwertet und als Nahrungs-Essenz an alle Organe und Strukturen des menschlichen Körpers transportiert wird und bilden so die Grundlage des nachgeburtlichen *Qi*.

Gan Ji ist gekennzeichnet durch eine Schwäche des Milz- und Magen-*Qi*, die durch unterschiedliche Ursachen hervorgerufen wird.

- Bei der infantilen Mangelernährung (*Gan*) kann aufgrund des Milz- und Magen-*Qi*-Mangels der Energiebedarf nicht durch die Nahrung gedeckt werden, sodass es zu Eiweiß-, Fett-, Vitamin- und Mineralstoffmangel kommt.
- Bei der infantilen Nahrungs-Stagnation (*Ji*) spielen neben der Nahrungs-Stagnation infolge des Milz- und Magen-*Qi*-Mangels sowie durch verdorbene oder unverträgliche Lebensmittel in traditionellen Texten parasitäre Erkrankungen eine große Rolle, wobei moderne hygienische Maßnahmen diese immer mehr in den Hintergrund gedrängt haben.

Der Behandlungsschwerpunkt liegt darin, Milz und Magen zu stärken und zu harmonisieren, die Nahrungs-Stagnation aufzulösen sowie die Parasiten einzudämmen und auszutreiben.

Die Kombination aus den *Shu*-(Transport-)Punkten von Milz und Magen, Bl 20 *Pishu* und Bl 21 *Weishu*, mit den *Mu*-(Sammel-)Punkten von Magen und Dickdarm, Ren 12 *Zhongwan* und Ma 25 *Tianshu*, stärkt das Milz- und Magen-*Qi*, fördert die Verdauung und zerstreut Nahrungs-Stagnationen. Dadurch werden Erschöpfung, Gewichtsverlust, Abmagerung und das aufgeblähte Abdomen gelindert und der Stuhlgang reguliert.

Ist das nachgeburtliche *Qi* des Mittleren *Jiao* stark, wird die Blutproduktion und -zirkulation gestärkt, wodurch die Gesichtsfarbe verbessert wird, Haut, Nägel und Haare genährt und gefestigt werden und die Augen ihre Sehkraft zurückgewinnen.

Der Fernpunkt Mi 4 *Gongsun* stärkt die Milz und harmonisiert den *Qi*-Fluss im Mittleren *Jiao*, beseitigt Feuchtigkeit und

lindert abdominale Schmerzen, Appetitlosigkeit, Trommelbauch und Diarrhö mit unverdauten Nahrungsbestandteilen.

Blutigstechen an M-UE 9 *Sifeng* ist eine häufig angewendete Methode zur Behandlung von *Gan Ji*. M-LE 34 *Baichongwo* ist ein wichtiger Punkt bei parasitären Erkrankungen, insbesondere bei Darmparasiten und Wurmbefall.

Modifikationen

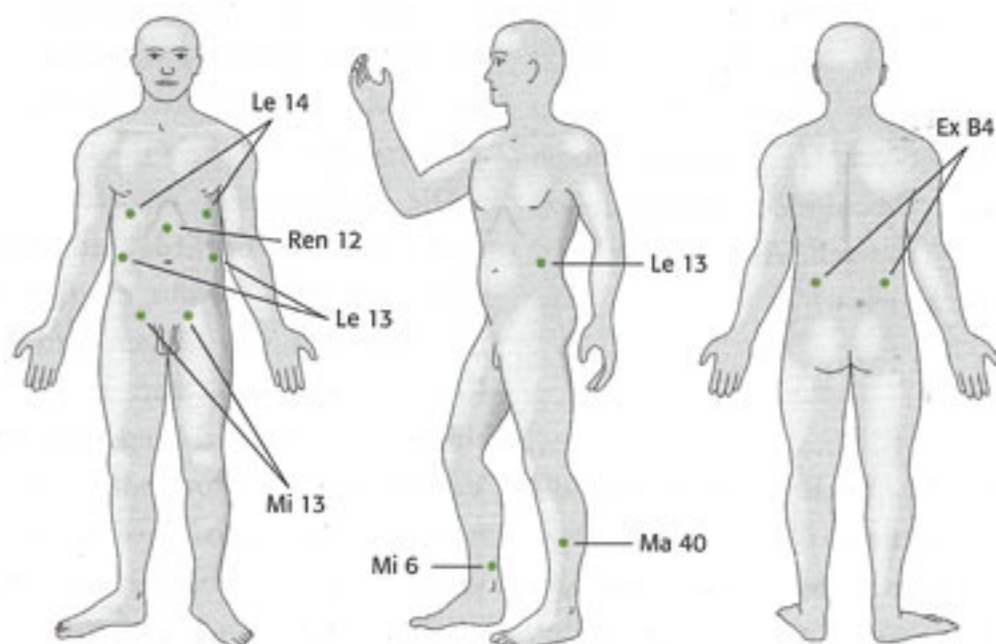
Fieberschübe	+ Du 14 <i>Dazhui</i> , Lu 5 <i>Chize</i>
Unruhe, Nervosität und Schlafstörungen	+ He 7 <i>Shenmen</i> , Pe 6 <i>Neiguan</i>
Schwäche von Knochen und Sehnen	+ Gb 34 <i>Yanglingguan</i> , Gb 39 <i>Xuanzhong</i>

Klinische Anwendungen

Parasitenbefall, Malassimilation und Malabsorption bei Kindern.

14.4 Abdominale Verhärtungen und Geschwulste (Schleim-, Blut- und Qi-Stase)

Ursprung *Ode of Spiritual Brightness, Supplementing Life*



Kombination

EX-B 4	<i>Pigen</i>
Le 14	<i>Qimen</i>
Le 13	<i>Zhangmen</i>
Ren 12	<i>Zhongwan</i>
Ma 40	<i>Fenglong</i>
Mi 13	<i>Fushe</i>
Mi 6	<i>Sanyinjiao</i>

Ausführung

Sedieren aller Punkte, Nadelung für 30 Minuten mit zwischenzeitlicher Nachstimulierung. Nach der Akupunktur sollte für ca. 20 Minuten Moxibustion an den Punkten erfolgen.

Die Kunst des Kombinierens

Klassische Punktkombinationen aus 1.700 Jahren Akupunkturtradition werden in diesem Buch erstmals systematisch nach Syndromen erfasst und in strukturierter Weise für die tägliche Praxis erschlossen.

Die Auswahl von Akupunkturpunkten erfolgt üblicherweise über die Leitsymptome. Das Wissen um die Punktkombinationen zur Behandlung von Syndromen ist im Westen bislang noch wenig erschlossen.

Nach dem Vorbild chinesischer Arzneimittellehren sind die Kombinationen in diesem Buch in 14 syndrombezogene Kapitel eingeteilt, angefangen bei den Kombinationen, die das Äußere entlasten, über tonisierende bis hin zu den abführenden Kombinationen. Ein ausführliches Indikationsverzeichnis erschließt den Zugang zusätzlich über das klinische Leitsymptom.

Der Aufbau aller 188 Kombinationen folgt einem einheitlichen Schema: Originalquelle, Punktangaben, Ausführung, Funktion, Pathogenese, Leitsymptome, Erläuterung, Kommentar, klinische Anwendungen und Vorschläge für Modifikationen.

medizin weiter denken.

Der Autor hat ausschließlich die chinesischen Primärquellen verwendet, dabei therapeutische Erfahrungen aus Jahrhunderten kondensiert und ein ebenso nützliches wie einzigartiges Werkzeug geschaffen, das die Möglichkeiten der Akupunktur in der Praxis erheblich erweitert.

Johannes Bernot, MMed (GXUCM) ist TCM-Therapeut in der Ambulanz der TCM-Klinik Bad Kötzing. In China absolvierte er den Bachelor of Medicine mit Schwerpunkt Akupunktur und den Master of Medicine mit Schwerpunkt auf klassischer Syndromdiagnostik des Shang Han Lun und der Feuer-Geist-Schule.

