

Inhaltsverzeichnis

1	Geschichte der Akupunktur und neuere Entwicklungen	1
1.1	Geschichte	1
1.2	Neuere Entwicklungen in westlichen Ländern	2
1.2.1	USA	2
1.2.2	Deutschland	4
1.2.3	Westliche Form der Akupunktur	7
1.3	Chinesische Akupunktur	7
1.4	Die Essenzen der Akupunkturwirksamkeit	8
1.5	Literatur	8
2	Wissenschaftliche Grundlagen der Akupunktur	9
	<i>B. Pomeranz, B. Berman, G. Stux</i>	
2.1	Akupunkturanalgesie – neurophysiologische Grundlagenforschung	9
2.1.1	Neurale Mechanismen der Akupunkturanalgesie	10
2.1.2	Schmerzhemmung auf 3 Ebenen	14
2.1.3	Wissenschaftliche Belege für die Rolle der Endorphine in der Akupunkturanalgesie	14
2.1.4	Experimentelle Belege für den Zusammenhang von Mittelhirnmonoaminen und Akupunkturanalgesie	16
2.1.5	Experimentelle Belege für die Beteiligung des Hypothalamus-Hypophysen-Systems an der Akupunkturanalgesie	17
2.1.6	Experimentelle Belege für Akupunkturanalgesie bei chronisch entzündlichen Schmerzzuständen	18
2.2	Kontrollierte Studien bei chronischen Schmerzzuständen	19
2.3	Akupunktur und Drogenentzug	21
2.4	Antiemetische Akupunkturwirkung	22
2.5	Neurologische, kardiovaskuläre, urogenitale, pulmonale, gastrointestinale und andere Akupunkturwirkungen	23
2.6	Akupunkturpunkte – gibt es sie wirklich?	25
2.6.1	Führt die Nadelung an den Akupunkturpunkten zu besseren Ergebnissen als an Nicht-Akupunkturpunkten?	25
2.6.2	Gibt es spezifische anatomische Strukturen an Akupunkturpunkten?	26
2.6.3	Besitzen Akupunkturpunkte spezifische physiologische Eigenschaften (z. B. niedrigen Hautwiderstand, hohes elektrisches Potential, Hautströme)?	26
2.6.4	Welche Nervenfasern werden durch Akupunktur aktiviert?	28
2.7	Zukünftige Forschungsrichtungen	30
2.8	Modelluntersuchungen ART und Gerac	31
2.8.1	Einige Basisdaten zur Akupunktur in Deutschland	31
2.8.2	Zusammenfassung der ART- und Gerac-Ergebnisse	32
2.8.3	ARC-Studien zu HWS-Schmerzen, OA der Hüfte, Asthma, Allergische Rhinitis und Dysmenorrhoe	34
2.8.4	Signifikanz Problematik	35
2.8.5	Kritische Bewertung der ART und Gerac Studien	36
2.9	Literatur	36
3	Hintergründe und Theorien der Chinesischen Medizin	37
3.1	Tao, Yin und Yang	37
3.2	Die Lebensenergie Qi	39
3.3	Jing, die Lebensessenz	40
3.4	Shen, der Geist, die psychische Energie	41
3.5	Störungen des Qi	41

3.6	Ätiologie der Chinesischen Medizin	42
3.7	Das Entsprechungssystem der fünf Wandlungsphasen	43
3.8	Äußere klimatische Faktoren	44
3.8.1	Beschreibung der einzelnen klimatischen Faktoren	45
3.9	Innere emotionale Faktoren	46
4	Diagnostik in der Chinesischen Medizin	47
4.1	Acht diagnostische Kategorien, Ba gang	47
4.2	Innen und Außen	48
4.3	Schwäche oder Fülle	48
4.4	Kälte und Hitze	49
4.5	Yin und Yang	50
4.6	Vier Untersuchungen, Si jian	50
4.7	Betrachten Wang	51
4.7.1	Chinesische Konstitutionstypen	51
4.7.2	Betrachten der Motorik, des Shen, der Hautfarbe und der Zunge	52
4.8	Hören und Riechen Wen	53
4.9	Erfragen Wen	53
4.10	Untersuchen	54
4.11	Chinesische Syndrome	55
4.12	Wichtigste chinesische Syndrome	57
5	Chinesisches System der Meridiane, Organe und Punkte	61
5.1	Meridiane und Organe	61
5.1.1	Hauptmeridiane	63
5.1.2	Meridianumläufe	64
5.1.3	Meridianachsen	66
5.1.4	Sekundärmeridiane	66
5.2	Akupunkturpunkte und Punktekategorien	68
5.2.1	Shu-, Zustimmungspunkte, dorsale Segmentpunkte oder Transportpunkte	69
5.2.2	Mu- oder segmentale Alarmpunkte	70
5.2.3	Meisterpunkte, Hui Xue	70
5.2.4	Akutpunkte, Xi-Punkte	72
5.2.5	Antike Punkte oder Shu-Punkte	72
5.2.6	Tonisierungspunkt	73
5.2.7	Sedierungspunkt	74
5.2.8	Der 1. Antike Punkt, Jing-Punkt (Ursprung, Brunnen)	74
5.2.9	Der 2. Antike Punkt, Ying-Punkt (Bach)	74
5.2.10	Der 3. Antike Punkt, Yuan-Punkt, Shu-Punkt (kleiner Fluss)	74
5.2.11	Der 4. Antike Punkt, Jing-Punkt (Fluss)	76
5.2.12	Der 5. Antike Punkt, He-Punkt (Delta, Mündung)	76
5.2.13	Verbindungspunkt, Luo-Punkt	76
5.2.14	Kardinal-, Schlüsselpunkt	77
5.3	Methoden der Punktelokalisation	77
5.3.1	Anatomische Anhaltsstellen	78
5.3.2	Proportionale Messung mit Hilfe des Cun-Maßes (Cun-Messung)	78
5.3.3	Proportionale Messung	78
5.3.4	Lokalisation durch Einnehmen einer besonderen Lage	80
5.3.5	Lokalisation mit Hilfe von Widerstandsmessung	80
5.3.6	Lokalisation, indem man andere Punkte als Ausgangspunkt wählt	80
5.3.7	Aufsuchen von Punkten, die schmerzhaft sind oder eine Veränderung ihrer tastbaren Konsistenz aufweisen	80

6	Systematische Darstellung der Meridiane und Punkte	83
6.1	Lungenmeridian Lu.....	84
6.2	Dickdarmmeridian Di.....	90
6.3	Magenmeridian Ma.....	98
6.4	Milz-Pankreas-Meridian MP.....	108
6.5	Herzmeridian He.....	114
6.6	Dünndarmmeridian Dü.....	118
6.7	Blasenmeridian Bl.....	124
6.8	Nierenmeridian Ni.....	138
6.9	Perikardmeridian, Kreislaufmeridian Pe.....	142
6.10	Drei Erwärmer-Meridian, Sanjiao-Meridian SJ.....	146
6.11	Gallenblasenmeridian Gb.....	152
6.12	Lebermeridian Le.....	161
6.13	Lenkergesäß Du Mai.....	166
6.14	Konzeptionsgefäß Ren Mai.....	172
6.15	Gefäß der breiten Bahn Chong Mai.....	178
6.16	Gürtelgefäß Dai Mai.....	178
6.17	Aufsteigendes Yang Gefäß Yangqiao.....	180
6.18	Aufsteigendes Yin Gefäß Yingqiao.....	180
6.19	Haltegefäß des Yang Yangwei.....	180
6.20	Haltegefäß des Yin Yinwei.....	180
6.21	Extrapunkte Ex.....	182
6.21.1	Weitere Extrapunkte.....	186
7	Regionen mit den wichtigsten Akupunkturpunkten	187
7.1	Gesicht.....	187
7.1.1	Im Bereich der Augen.....	187
7.1.2	Im Bereich der Ohren.....	188
7.1.3	Im Bereich der Nase und der Wange.....	188
7.2	Nacken.....	190
7.3	Rücken.....	192
7.4	Abdomen.....	194
7.4.1	Epigastrium.....	194
7.4.2	Mittel- und Unterbauch.....	194
8	Technik der Akupunktur	197
8.1	Akupunkturnadeln.....	197
8.2	Methoden der Nadelung und Stimulation.....	198
8.3	De Qi-Gefühl.....	199
8.4	Tonisierende und sedierende Methoden der Nadelstimulation.....	200
8.5	Elektrostimulation.....	201
8.6	Sterilisation der Nadeln.....	202
8.7	Komplikationen und Nebenwirkungen der Akupunkturtherapie.....	202
9	Moxibustion.....	205
9.1	Indikation und Anwendung.....	205
9.2	Direkte Moxibustion.....	206
9.3	Indirekte Moxibustion.....	206
9.4	Moxibustion mit »Moxazigarren«.....	207
9.5	Moxibustion mit Erhitzung der Nadeln.....	208
9.6	Moxibustion mit Moxakästchen.....	208
9.7	Infrarotmoxibustion.....	208
9.8	Punktauswahl bei der Moxibustion.....	209
9.9	Selbstbehandlung mit Moxibustion.....	210

10	Ohrakupunktur	211
10.1	Technik bei der Ohrakupunktur	212
10.2	Repräsentanz des Körpers auf der Ohrmuschel	214
10.3	Chinesische Regeln der Punktauswahl am Ohr	216
11	Akupunkturtherapie spezieller Krankheitsbilder	217
11.1	Therapieprinzipien der Chinesischen Medizin und Regeln der Punktauswahl	218
11.1.1	Regeln der Punktauswahl	219
11.1.2	Leitlinien für die Akupunkturanwendung	227
11.1.3	Qualitätsakupunktur durch sieben Leitlinien	228
11.2	Erkrankungen des Bewegungsapparates	230
11.2.1	Kiefergelenkarthrose	231
11.2.2	HWS-Syndrom, Tortikollis, zervikale Spondylosis	232
11.2.3	Interkostalneuralgie, Thoraxprellung, ankylosierende Spondylitis, Zosterneuralgie	232
11.2.4	LWS-Syndrom, Lumbalgie, Lumboischialgie, Ischialgie	233
11.2.5	Schulter-Arm-Syndrom, Periarthritis humeroscapularis	234
11.2.6	Epikondylitis, Tennisellbogen	234
11.2.7	Schmerzen des Handgelenks	235
11.2.8	Schmerzen der Hand, rheumatoide Arthritis, Dupuytren-Kontraktur	235
11.2.9	Koxarthrose, Koxarthritis	235
11.2.10	Gonarthrose, Schmerzen des Kniegelenks	235
11.2.11	Schmerzen des Sprunggelenks	236
11.2.12	Rheumatoide Arthritis	236
11.3	Neurologische Erkrankungen	237
11.3.1	Kopfschmerzen und Migräne	237
11.3.2	Trigeminusneuralgie	241
11.3.3	Hemiparesen	242
11.3.4	Fazialisparese	243
11.3.5	Epilepsie	243
11.4	Psychische Störungen und psychiatrische Erkrankungen	243
11.4.1	Depression	244
11.4.2	Psychogene Erschöpfungszustände, Burn-out-Syndrom, Rekonvaleszenz nach chronischen Erkrankungen	245
11.4.3	Erregungszustände	245
11.4.4	Schlafstörungen	246
11.4.5	Schizophrenie	246
11.4.6	Suchterkrankungen, Drogenabhängigkeit	246
11.4.7	Alkoholabhängigkeit	247
11.4.8	Zigarettenabhängigkeit, Raucherentwöhnung	248
11.4.9	Adipositas, Gewichtsabnahme	248
11.4.10	Sexuelle Störungen	249
11.5	Erkrankungen der Atmungsorgane	249
11.5.1	Grippaler Infekt, Erkältungskrankheiten	251
11.5.2	Tonsillitis, Laryngitis	251
11.5.3	Sinusitis maxillaris	251
11.5.4	Sinusitis frontalis	252
11.5.5	Chronische Bronchitis	252
11.5.6	Asthma bronchiale	252
11.6	Kardiovaskuläre Erkrankungen	253
11.6.1	Koronare Herzerkrankungen mit Angina pectoris	253
11.6.2	Herzneurosen	254
11.6.3	Herzrhythmusstörungen	254
11.6.4	Erschöpfungszustände bei Herzerkrankungen	254
11.6.5	Hypertonie	255

11.6.6	Hypotonie	255
11.6.7	Periphere Durchblutungsstörungen	255
11.7	Gastroenterologische Erkrankungen	256
11.7.1	Ösophagitis, Dysphagie	257
11.7.2	Gastritis, Gastroenteritis	257
11.7.3	Ulcus ventriculi et duodeni	257
11.7.4	Diarrhö	258
11.7.5	Irritables Kolon, Reizdarm	258
11.7.6	Obstipation	259
11.7.7	Hämorrhoiden, Analfissuren	259
11.7.8	Lebererkrankungen, Hepatitis	259
11.7.9	Cholangitis, Cholezystitis, Gallenwegdyskinesie, Gallenkolik	260
11.8	Gynäkologische Erkrankungen, Geburtshilfe	260
11.8.1	Dysmenorrhö	261
11.8.2	Klimakterium	262
11.8.3	Amenorrhö	262
11.8.4	Adnexitis, Salpingitis	263
11.8.5	Schmerzen bei Tumoren im Beckenraum	263
11.8.6	Pruritus vulvae	263
11.8.7	Hyperemesis gravidarum	264
11.8.8	Geburtsvorbereitung	264
11.8.9	Geburtserleichterung, Analgesie während der Geburt	264
11.8.10	Laktationsschwäche	265
11.9	Urologische Erkrankungen	265
11.9.1	Pyelonephritis, chronische Harnwegsinfekte, Glomerulonephritis	266
11.9.2	Nierenkolik	266
11.9.3	Prostatitis, Uroneurosen	266
11.9.4	Impotenz, Fertilitätsstörungen beim Mann	267
11.9.5	Enuresis	267
11.10	Erkrankungen der Sinnesorgane	267
11.10.1	Schwerhörigkeit, Hörsturz	268
11.10.2	Tinnitus	268
11.10.3	M. Ménière, Schwindel, Reisekrankheit, Labyrinthitis	268
11.10.4	Chronische Konjunktivitis	269
11.10.5	Glaucoma simplex	269
11.10.6	Visuschwäche	269
11.11	Hauterkrankungen	270
11.11.1	Acne vulgaris	270
11.11.2	Ulcus cruris, schlecht heilende Wunden	271
11.11.3	Neurodermitis, Ekzeme, endogenes Ekzem	271
11.11.4	Psoriasis	271
11.11.5	Herpes zoster, Zosterneuralgien	271
11.11.6	Herpes simplex	272
11.12	Akute Krankheitsbilder und Notfälle	272
11.12.1	Ohnmacht, Kreislaufkollaps	272
11.12.2	Epileptischer Anfall	272
11.12.3	Akute Schmerzzustände	272
12	Chinesische Syndrome	273
13	Energietherapiemethoden	295
13.1	Chakrenakupunktur	295
13.2	Spirituelle Akupunktur	299
13.2.1	Tiefes bewusstes Atmen	299

13.2.2	Fokussieren des Bewusstseins nach Innen	300
13.2.3	Qi Gong während der Akupunktursitzung	300
13.2.4	Chakren Akupunktur	300
13.2.5	Seele-Körper-Verbindung	301

Anhänge A-G 303

A	Deutsche Standardnomenklatur der Akupunktur	304
B	WHO-Indikationsliste für Akupunktur	307
C	Akupunkturindikationsliste 1997	308
D	Curricula für Zusatzbezeichnung Akupunktur aufbauend auf »Kursbuch Akupunktur«	310
E	Übersetzung chinesischer Ideogramme und Punktenamen	314

Stichwortverzeichnis 319

Akupunktur

Lehrbuch und Atlas

Stux, G.; Stiller, N.; Berman, B.; Pomeranz, B.

2008, XIV, 324 S. 90 Abb. in Farbe., Softcover

ISBN: 978-3-540-76762-6