

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Grundlagen des Tuina</b> .....	<b>1</b>	<b>4.3</b>	<b>Obere Extremitäten</b> .....	<b>82</b>
1.1	Tuina als manuelle Therapie der Traditionellen Chinesischen Medizin .....	2	4.4	Rücken und Becken .....	94
1.2	Energetische Wirkung der Tuina-Behandlung .....	5	4.5	Untere Extremitäten .....	115
1.3	Praxis der Tuina-Therapie .....	7	4.6	Brust und Abdomen .....	135
1.4	Behandlungsstrategie .....	10	4.7	Gesicht und Kopf .....	143
<b>2</b>	<b>Tuina-Techniken</b> .....	<b>17</b>	<b>5</b>	<b>Behandlungsmodule und Therapiekombinationen</b> .....	<b>153</b>
2.1	Anmo-Techniken – Weichteilmassage .....	18	5.1	Bewährte Tuina-Behandlungsmodule .....	154
2.2	Tuina-Techniken – manuelle Therapie .....	28	5.2	Therapiekombinationen .....	155
<b>3</b>	<b>Mobilisierende und manipulierende Techniken in der Tuina-Therapie</b> .....	<b>37</b>	<b>6</b>	<b>Triggerpunkte in der Tuina Therapie</b> .....	<b>163</b>
3.1	Grundlagen .....	38	6.1	Charakteristika der Triggerpunkte .....	165
3.2	Gelenkmanipulationen .....	38	6.2	Typologie der Triggerpunkte und Akupunkturpunkte .....	168
3.3	Manipulationen an der Halswirbelsäule (HWS) .....	40	6.3	Triggerpunkte: Therapieverfahren .....	170
3.4	Manipulationen im zervikothorakalen Übergang (CTÜ): Doppelter Nelson .....	45	6.4	Tiefe, auflösende Tuina-Techniken .....	172
3.5	Manipulationen an Brustwirbelsäule (BWS) und Rippengelenken .....	46	6.5	Oberflächliche, breite, zerstreute und beruhigende Tuina-Techniken .....	175
3.6	Manipulationen an der Lendenwirbelsäule (LWS) und am Becken .....	51	6.6	Beschwerden im unteren Rücken und Ischialgien .....	178
<b>4</b>	<b>Anwendungen der Tuina-Techniken an definierten Körperregionen</b> .....	<b>58</b>	6.7	Schulter- und Nackenschmerzen .....	194
4.1	Praktisches Vorgehen .....	62		<b>Literatur</b> .....	<b>215</b>
4.2	Schulter und Nacken .....	65		<b>Register</b> .....	<b>216</b>