

- Die wichtigsten Punkte und ihre Kombinationen
- Schnelle Hilfe bei Alltagsproblemen mit Akupressur und Akupunktur

Siegfried Sulzenbacher

3 x 7 Akupunkturpunkte

für den Praktiker

LESEPROBE

针刺

**3 x 7 Akupunkturpunkte
für den Praktiker**

针刺

Siegfried Sulzenbacher



**3 x 7 Akupunkturpunkte
für den Praktiker**

针刺

Siegfried Sulzenbacher



Das Werk inklusive aller Inhalte wurde unter größter Sorgfalt erarbeitet. Alle Angaben erfolgen jedoch ohne Gewähr. Weder der Autor noch der Verlag haften für eventuelle Nachteile oder Schäden, die möglicherweise aus der Anwendung der nachfolgenden Hinweise und Therapieempfehlungen resultieren könnten.

Die hier bereitgestellten Informationen können niemals eine ärztliche Beratung, Diagnose oder Behandlung ersetzen. Auch sollten sie niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwendet werden. Bei Beschwerden und vor jeder Selbstbehandlung ist ein Arzt- oder Heilpraktikerbesuch angeraten.

针 Zhen = Nadel

刺 Ci = stechen

Zhen Ci bedeutet Nadel-stechen also „Akupunktur“

Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf eine geschlechtsspezifische Differenzierung verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform beinhaltet keine Wertung.

2. Auflage 2025

© 2025 ML Verlag in der mgo fachverlage GmbH & Co. KG, Kulmbach

© 2018 ML Verlag in der Mediengruppe Oberfranken –
Fachverlage GmbH & Co. KG, Kulmbach

Druck: Generál Nyomda Kft., H-6727 Szeged

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung und Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme ist unzulässig und strafbar.

Titelbild: © WavebreakmediaMicro – Fotolia

www.ml-buchverlag.de

ISBN (Buch): 978-3-96474-811-9

ISBN (E-Book/PDF): 978-3-96474-812-6

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Einführung	6
Die Punkte	9
Lu 7 → Lie Que, unterbrochene Reihenfolge	11
Di 4 → He Gu, Talgrund	13
Di 11 → Qu Qi, Teich am Ellenbogen	15
Ma 36 → Zu San Li, Fuß – 3 – Meilen	17
Ma 44 → Nei Ting, Innere Wohnung	20
Mi 6 → San Yin Jiao, drei Yin Vereinigung	22
He 5 → Tong Li, freie Verbindung mit dem Inneren	24
He 7 → Shen Men, Tor des Geistes Shen	26
Dü 3 → Hou Xi, Hinteres kleines Tal	28
Bl 23 → Shen Shu, Zustimmungspunkt der Niere	30
Bl 54 / 40 → Wei Zhong, Mitte der Beugung (chin. Bl 40)	32
Bl 57 → Cheng Shan, Säule des Fleisches	34
Bl 60 → Kun Lun, Kun-Lun-Gebirge	36
Ni 3 → Tai Xi, Größter Wildbach	38
Pc 6 → Nei Guan, innere Schranke	40
Ga 30 → Huan Tiao, Überspringen des Gürtels	42
Ga 34 → Yang Ling Quan, Quelle am Yang-Hügel	44
Le 3 → Tai Chong, Äußerster Ansturm	46
Du 20 → Bai Hui, Hundert Versammlungen	48
Du 26 → Ren Zhong, Mitte des Menschen	50
PAM 33 → Lan Wei, Blinddarm	52
Notfallsituationen	53
Der Notruf 112	54
Allgemeine Notfallmaßnahmen	56
Unterzuckerung – diabetisches Koma	57

Stenocardie – Herzinfarkt	59
Hypotonie – niedriger Blutdruck	60
Hypertonie – Bluthochdruck	61
Schlaganfall (TIA)	62
Asthmaanfall	63
Starke Bauchschmerzen (akutes Abdomen)	65
Panikattacke	66
Epileptischer Anfall – Krampfanfall	67
Lumbago (Hexenschuss)	68
Anhang	69
Abkürzungen für die Akupunktur-Leitbahnen	70
Das Cun-Maß	71
Zielgebiete von Akupunkturpunkten	72
Topografie des Bauches	73
Verbotene Punkte	74
Aufbau einer guten Akupunktur	75
Organfunktionskreise	77
Die Shu-Mo-Technik / Xi-Punkte	78
Weiterführende Literatur	79
Bildquellen	79
Stichwortverzeichnis	80

Vorwort

Wenn man beginnt, sich mit alternativen Heilmethoden wie z.B. Akupunktur oder Homöopathie auseinander zu setzen, dann steht man zunächst einmal vor einem riesigen Berg von Informationen.

Man kauft Bücher und bekommt dort nicht immer wirklich hilfreiche Informationen. Dann kommt noch die Industrie dazu und bietet Computerprogramme und irgendwelche teuren Maschinen an, die im Grunde nur eines sagen wollen: Du brauchst nichts lernen, das kann dir alles der Computer oder die Maschine abnehmen.

Welch ein Irrtum!

Ich hatte das Glück, in dieser Phase der Verwirrung erfahrene Kollegen kennenzulernen, die auf geduldiges Nachfragen gerne ihr solides und praxiserprobtes Wissen weitergaben.

Genau das soll diese Schrift auch tun. Solides und belastbares Wissen weitergeben, das sich in der Praxis am Patienten bewährt hat.

Wenn sie jedoch in irgendeiner Sache gut sein wollen, dann gilt nach wie vor der alte Satz ...

... vor den Erfolg haben die Götter den Schweiß gesetzt!

In diesem Sinne wünsche ich meinen Lesern viel Freude und Erfolg im Beruf.

München, im Frühjahr 2018
Siegfried Sulzenbacher, Heilpraktiker

Einführung

In der traditionellen chinesischen Akupunktur (TCA) sind ca. 365 Leitbahnpunkte und viele Punkte außerhalb der Leitbahnen bekannt. Wenn man jedoch mit Praktikern spricht, dann verwenden sie in der Regel nur eine wesentlich geringere Anzahl von Punkten.

Genauso wie für Homöopathen „Homöopathische Taschenapotheken“ zusammengestellt wurden, kann man auch für Akupunkteure „Praxispunkte“ zusammenstellen, mit denen sehr viele Zustände erfolgreich behandelt werden können. Ein erfahrener Kollege hat einmal gesagt, dass man mit 10 Punkten ca. 95 % aller Erkrankungen therapieren kann, für welche die Akupunktur geeignet ist.

Solche Zusammenstellungen sind z. B. von Ma Dan Yang und von Gao Wu bekannt.

MA DAN YANG

war ein bedeutender Akupunkteur der Shang-Dynastie¹. Die von ihm verwendeten 12 Punkte („Himmelsstern-Punkte“) haben sich sowohl damals als auch heute als besonders wirkungsvoll erwiesen.

GAO WU

lebte in der Ming-Dynastie². Er hat seinen Bedarf auf zunächst 4, dann später 6 Kommandopunkte reduziert und ist damit gut zurecht gekommen.

Aber auch deutsche Akupunkteure³ haben solche Punktezusammenstellungen angegeben.

1 Shang-Dynastie, die 2. Dynastie der chinesischen Geschichte (1600–1100 Jahrhundert v. Chr.)

2 Ming-Dynastie, 1368–1644 n. Chr., sie löste die Mongolenherrschaft ab.

3 z. B. Udo Lorenzen in Mikrokosmische Landschaften, Band 2, Seite 235

Die nachstehend genannten Punkte sind entweder von Ma Dan Yang oder von Gao Wu beschrieben worden und sie haben sich in meiner Praxis bewährt.

Die Akupunkturpunkte und ihre Kombinationen können relativ einfach angewendet werden. Wenn man jedoch verstehen will, was eigentlich energetisch im Körper geschieht, dann sind Kenntnisse der inneren und äußeren Leitbahnverläufe und der energetischen Zusammenhänge zwischen den Leitbahnen und den Organen (Zang Fu) erforderlich.

Akupressur

Als Notfalleinwendung ist die Akupressur der nachstehend aufgezeigten Punkte ebenfalls sehr wirkungsvoll. Man drückt mit den Fingern sehr kräftig auf den ausgewählten Punkt. Der Druck sollte etwa 2–3 Minuten gehalten werden. Dann kann man den nächsten Punkt nehmen, der als Kombinationsmöglichkeit sinnvoll in Frage kommt.

Am Bauch und an anderen weichen Stellen des Körpers kann man die Akupressur nicht anwenden. Bei Bedarf kann man diese Punkte jedoch vorsichtig massieren.

Manche benutzen zur Akupressur Holz- oder Metallstäbchen. Dies ist nicht erforderlich und sollte wegen der damit verbundenen Verletzungsgefahr besser unterlassen werden.





Die Punkte

Bei der Beschreibung der Punkte sind jeweils „Punktkombinationen“ angegeben, die in einigen Fällen mehrere Punkte enthalten. Dies bedeutet natürlich nicht, dass in einer Sitzung alle diese Punkte verwendet werden sollen. Vielmehr stellt man sich aus diesen Punkten eine Kombination zusammen, die dem Patienten und seiner aktuellen Situation angemessen ist.

Eine gute Punkteverschreibung enthält in der Regel Yin und Yang-Punkte. Zu viele Yangpunkte machen unruhig, zu viele Yin-Punkte ermüden den Patienten.

Im folgenden Text wird die Bezeichnung der Leitbahnen und damit auch der deutschen Punktebezeichnungen wie üblich abgekürzt. Ein Verzeichnis dieser Abkürzungen finden Sie auf Seite 70. Da bei manchen Punkten (z. B. Bl 54, Wei Zhong) die chinesische Nummerierung von der deutschen abweicht, gilt im Zweifelsfall immer der chinesische Punktname.

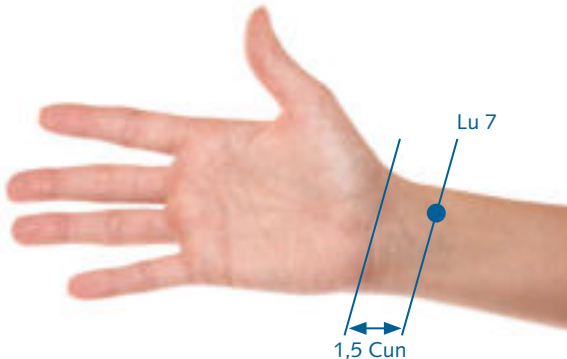
Lu 7 → Lie Que, unterbrochene Reihenfolge

Lokalisation

1,5 Cun proximal der palmaren Handgelenksfalte in der Radialisrinne

Hinweis

„Unterbrochene Reihenfolge“ ist eine altertümliche chinesische Bezeichnung für einen Blitz, da die Nadelung dieses Punktes beim Patienten gelegentlich ein Gefühl „wie ein Blitzschlag“ auslöst.



Eigenschaften⁴

- Luo-Punkt der Lungenleitbahn zur Dickdarmleitbahn
- Schlüsselpunkt (Öffnungspunkt des Ren Mai)
- Hauptpunkt für Hinterkopf- und Nackenprobleme
- Übertrittspunkt des Qi⁵ von der Lungen- in die Dickdarmleitbahn
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- Kommandopunkt des Gao Wu für Kopf und Nacken

Das Cun-Maß wird auf Seite 71 näher erläutert.

4 Erklärung der Punkteigenschaften siehe „Deadman, Grosses Handbuch der Akupunktur“.

5 Qi ist die Lebensenergie, hier die der Lunge (sprich dschi)

Wirkrichtung

- Zerstreut Wind und befreit die Oberfläche, macht die Leitbahn und ihre Nebengefäße durchgängig
- aktiviert den Qi-Fluss im Konzeptionsgefäß Ren Mai
- öffnet die Nase und durchlüftet die Lunge
- befreit den Nacken und beruhigt Kopfschmerzen

Indikationen

- Schmerzen in Kopf und Nacken, Händen und Ellenbogen, Migräne
- Husten, Nasenlaufen, Halsschmerzen, öffnet die Nase und die Poren, führt damit zum Schwitzen, geeignet für das Anfangsstadium von Erkältungen und grippalen Infekten
- Kälte- und Hitze-Erkrankungen, Wind-Bi-Erkrankungen

Kombinationen

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| • Grippe durch Wind-Kälte | + Di 4, Ga 34 |
| • Hitze und Kälte an der Oberfläche | + Di 4 |
| • Kopf- und Nackenschmerzen | + Dü 3 |
| • Menopause, Beschwerden | + Ni 3 |
| • Nasenpolypen | + Di 4, Yin Tang ⁶ |
| • Schiefstellung des Gesichts | + Ma 36 |
| • Sehnenscheidenentzündung | + Di 4 |

Da Lu 7 der Schlüsselpunkt des Ren Mai ist, können damit auch viele gynäkologische Probleme gelöst werden.

Bei blockierten Emotionen kann Lu 7 einen Tränenausbruch provozieren, und so diese Blockade lösen. Wenn die Arbeit am Computer das Handgelenk ermüdet und den Nacken verspannt, ist Lu 7 sehr hilfreich.

Bi-Erkrankung (Bi-Syndrom) siehe Seite 23.

⁶ Yin Tang = Siegelhalle, Extrapunkt an der Nasenwurzel, das „3. Auge“

Di 4 → He Gu, Talgrund

Lokalisation

auf dem Handrücken zwischen Daumen und Zeigefinger, wo sich am 2. Mittelhandknochen ein kleines Grübchen tasten lässt.



Eigenschaften

- Yuan-Quell-Punkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- Kommandopunkt des Gao Wu für Gesicht und Mund
- einer der 9 Punkte zur Wiederbelebung des Yang

Wirkrichtung

- befreit die Oberfläche, reguliert Qi und Blut, beruhigt den Geist Shen, reguliert den Dickdarm und fördert den Geburtsverlauf,
- wiederbelebend und schmerzstillend

Indikationen

- Kopf- und Zahnschmerzen
- Fieber (Aspirinpunkt), Kältekrankheiten
- Augenschmerzen
- wund laufende Nase, Heuschnupfen, Nasenbluten
- Apoplexie, Ohnmacht, Facialisparesie, Halbseitenlähmung
- Amenorrhoe, Unfruchtbarkeit
- Durchfall, Bauchschmerzen
- alle Formen von psychischen Krankheiten

Kombinationen

- | | |
|---|-----------------------|
| • Apoplexie, Ohnmacht | + Du 26 |
| • Bauchschmerzen | + Ma 36, Le 3 |
| • Durchfall | + Ma 36 |
| • Erkältungskrankheiten mit
Kopfschmerzen und Hitzegefühl ⁷ | + Ga 34, Du 20, Di 11 |
| • Yin-Yang-Ausgleich (4 Pforten ⁸) | + Le 3 |
| • Zahnschmerzen | + Ma 44 |

Hinweis

Di 4 ist in der Schwangerschaft verboten, er ist jedoch in der Geburtshilfe von unschätzbarem Wert

- bei schwieriger Geburt:
Di 4 tonisieren, Mi 6 sedieren, Le 3 neutral stechen

⁷ Tai-Yang Erkrankungen

⁸ Methode der 4 Pforten, siehe Seite 75

Di 11 → Qu Qi, Teich am Ellenbogen

Lokalisation

am Ende der Ellenbogenbeugefalte an der Außenseite



Eigenschaften

- He-Meer-Punkt
- Erde-Punkt
- der 12. Gui-Dämonen-Punkt nach Sun Si Miao
- Tonisierungspunkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

- öffnet die Oberfläche und vertreibt Wind-Hitze
- klärt Hitze und kühlt das Blut, harmonisiert Qi und Blut
- reguliert die Lunge und schützt die Körperflüssigkeiten
- befreit die Gelenke

Indikationen

- anhaltendes Fieber, geschwollene Lymphknoten, verstopfte Nase
- Taubheit der oberen Extremitäten, Halbseitenlähmung, Beugen und Strecken ist nicht möglich
- Völlegefühl im Thorax, Schwindel, Bluthochdruck
- Bauchschmerzen und Spannung im Abdomen, Erbrechen und Durchfall
- Ausbleiben der Menstruation (Vorsicht: Schwangerschaft?)

Kombinationen

- | | |
|-------------------------------------|---------|
| • Durchfall | + Ma 36 |
| • Halbseitenlähmung | + Ga 34 |
| • Menstruationsprobleme | + Mi 6 |
| • Steifheit der oberen Extremitäten | + Di 4 |

Hinweis

- Di 11 ist allgemein tonisierend und aufbauend (+ Ma 36).
- Di 11 senkt sehr schnell Fieber.
- Di 11 ist beim Tennisellenbogen sehr bewährt.
- Auch Menstruationsprobleme und klimakterische Hitzewallungen lassen sich gut therapieren

Ma 36 → Zu San Li⁹, Fuß – 3 – Meilen

Lokalisation

3 Cun senkrecht unter Ma 35, dem Knieauge

2. Möglichkeit:

Man lokalisiert zuerst Ga 34, Yang Ling Quan, Ma 36 liegt dann 1 Cun unterhalb von Ga 34, und ½ Cun lateral vom distalen Schienbeinrand



Eigenschaften

- He-Meer-Punkt
- Erde-Punkt
- Nässe-Punkt: Er bewegt, kanalisiert und trocknet
- Ben-Punkt (Erde in Erde)
- Shu-Einfluss-Punkt auf das Meer der Nahrung

9 Das „Li“ ist ein altes chinesisches Wegemaß, ca. 500 Meter.

- Punkt zur Rettung des Yang (bei Kollaps, Schock)
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- Kommandopunkt des Gao Wu für das Abdomen
- Gui-Dämonen Punkt zur Behandlung von Geisteskrankheiten
- Vereinigungspunkt-Punkt der essentiellen Energien, Ma 36 harmonisiert Yin und Yang auf der Ebene der essentiellen Energien Ying Wei, Qi Xue und Jin Ye

Wirkrichtung

- Ma 36 harmonisiert den Magen und stärkt die Milz, wandelt Schleim um, senkt das Fieber, verbessert die allgemeine Leistungsfähigkeit
- Ma 36 fördert das Absenken des Qi und macht Leitbahnen und Nebengefäße durchgängig, harmonisiert die Eingeweide und löst Blockaden, harmonisiert Qi und Blut, tonisiert das Blut sowie Ying-Qi und Wei-Qi
- Ma 36 senkt rebellierendes Qi ab, stoppt Erbrechen und löst Nahrungsblockaden
- Ma 36 leitet Wind aus und zerstreut äußere, pathogene Energien

Indikationen

- alle abdominellen Erkrankungen z.B. Magenschmerzen, Übelkeit
- Erbrechen, Schluckauf, Durchfall, Verdauungsstörungen mit Fieber
- psychische Beschwerden (Manien)
- allgemeine Tonisierung, also alle Leere-Schwäche-Erkrankungen

Kombinationen

- | | |
|---------------------------------|---------------------|
| • Bluthochdruck | + Le 3, Di 4, Di 11 |
| • Brechdurchfall, akut | + Ma 44 |
| • Bronchialasthma | + Lu 7 |
| • Fieber | + Di 4, Di 11 |
| • Knieschmerzen | + Ga 34 |
| • Leber- und Gallenerkrankungen | + Le 4, Ga 34 |
| • Magen-Darm-Erkrankungen | + Pc 6, Mi 6 |

- Monatsregel, ausbleibend
(Vorsicht: mögliche Schwangerschaft?) + Di 11, Mi 6
- Ödeme + Bl 23
- Schwindel, Benommenheit, Ohnmacht + Du 20, Du 26, Le 3
- Verdauungsblockade + Le 3
- Verstopfung + Mi 6
- Zahnschmerzen, Kopfschmerzen + Di 4

Hinweis

Der Punkt wird ca. $\frac{1}{2}$ Cun tief gestochen.

Magen-Darm-Patienten haben oft einen unstabilen Kreislauf. Daher ist es besser, wenn man Ma 36 am liegenden Patienten sticht.

Ma 44 → Nei Ting, Innere Wohnung

Lokalisation

zwischen 2. und 3. Zehe in einem Grübchen, ca. $\frac{1}{2}$ Cun oberhalb der Schwimmfalte



Eigenschaften

- Ying-Quell-Punkt
- Wasserpunkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

- klärt pathogene Hitze und Nässe aus dem Verdauungskanal
- unterstützt das Magen-Qi, harmonisiert die Eingeweide, löst Stauungen auf
- behandelt Erkrankungen des Gesichts

Indikationen

- Zahnschmerzen besonders im Unterkiefer, Zahnfleischbluten
- Facialisparesie, Trigeminusneuralgie, Tinnitus

- fieberhafte Erkrankungen, Nasenbluten, Halsschmerzen
- Durchfall

Kombinationen

- | | |
|-------------------------------------|---------------|
| • Durchfall | + Di 11 |
| • Kälteerkrankung mit wenig Schweiß | + Di 4, Ni 3 |
| • Nasenbluten | + Ga 34, Di 4 |
| • Zahnschmerzen | + Di 4 |

Hinweis

Stirnkopfschmerzen, Trigeminusneuralgie, Unruhe und Aufmerksamkeitsstörungen, herpesähnliche Ausschläge sowie Mundwinkelrhagaden sind über Ma 44 ebenfalls therapierbar.

Mi 6 → San Yin Jiao, drei Yin Vereinigung

Lokalisation

in einer kleinen Mulde am Hinterrand der Tibia,
3 Cun über dem Innenknöchel



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt von Milz-, Leber- und Nierenleitbahn
- einer der 9 Punkte, um das Yang zurück zu holen

Wirkrichtung

- tonisiert Milz und Magen und fördert den Transport und die Umwandlung der Nahrung
- löst Qi-Stagnation auf, beseitigt Blutstau
- reguliert den Uterus und die Hoden, reguliert die Menses
- zerstreut Wind-Nässe aus den Leitbahnen und den Nebengefäßen
- nährt das Blut, erweicht Verhärtungen
- fördert die Diurese, stärkt die Niere

Indikationen

- Störungen im Unterleibsbereich, gynäkologische Störungen
- wirkt analgetisch im unteren Abdomen¹⁰
- dünner Stuhl oder Durchfall mit unverdauten Nahrungsresten
- Bi-Syndrome und Wei-Syndrome der unteren Extremitäten

Kombinationen

- | | |
|------------------------------|----------------|
| • Bauchschmerzen | + Ma 36 |
| • Hernien | + Le 3 |
| • Hypertonie | + Du 20, Di 11 |
| • klimakterische Beschwerden | + Pc 6 |
| • Ödeme | + Ma 36 |
| • Schlaganfall | + Du 26, Pc 6 |
| • Schlaflosigkeit | + He 7 |
| • Wei- und Bi-Syndrom | + Bl 54, Ga 34 |

Hinweis

Mi 6 kann Wehen und starke Blutungen auslösen, daher ist er in der Schwangerschaft und während der Menses verboten!

Bi-Syndrom

Das Bi-Syndrom ist eine Behinderung des Qi-Flusses in den Leitbahnen durch Eindringen von Wind, Kälte oder Nässe. Hierdurch entstehen umherziehende Schmerzen, Taubheitsgefühle und Schwellungen. Bei älteren Menschen kann die Ursache auch Qi- und Blutmangel sein. Die westliche Medizin ordnet diese Beschwerden den rheumatischen Erkrankungen zu.

Wei-Syndrom

Das Wei-Syndrom bezieht sich auf Muskelatrophie oder Schlaffheit der Glieder mit Beeinträchtigung der Bewegung.

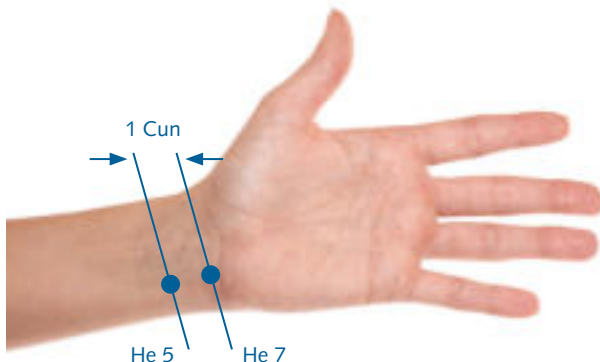
Wei bedeutet im Chinesischen „Schlaffheit“.

¹⁰ mittlerer und unterer Erwärmer

He 5 → Tong Li, freie Verbindung mit dem Inneren

Lokalisation

auf der Kleinfingerseite der Arminnenseite,
1 Cun proximal der Handgelenksfalte über der Arteria ulnaris,



Eigenschaften

- Luo-Punkt zur Dünndarmleitbahn
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

H 5 ist ein psychisch sehr wirkungsvoller Punkt. Er beruhigt den Geist und stärkt das Herz-Qi.

Er entspannt Muskeln und Sehnen, belebt die Nebengefäße, wandelt Wind-Schleim um und klärt Herz-Feuer.

Indikationen

- Kopfschmerzen
- Sehstörungen, verschwommenes Sehen, Augenschmerzen
- steife Zunge mit Sprachschwierigkeiten, plötzliche Stummheit, trockene Kehle, Tonsillitis
- Palpitationen, Unruhe im Herzen mit Hitze

- funktionelle Uterusblutungen, starke Menstruation
- Schmerzen in Fingern und Handgelenken
- Hysterie, Demenz

Kombinationen

- | | |
|--|--------------|
| • Demenz | + He 7, Le 3 |
| • Herzschlag unregelmäßig, Palpitationen | + Pc 6 |
| • Menstruationsblutung stark | + Le 3, Mi 6 |
| • Sprachlosigkeit mit Schwäche | + Ni 3 |

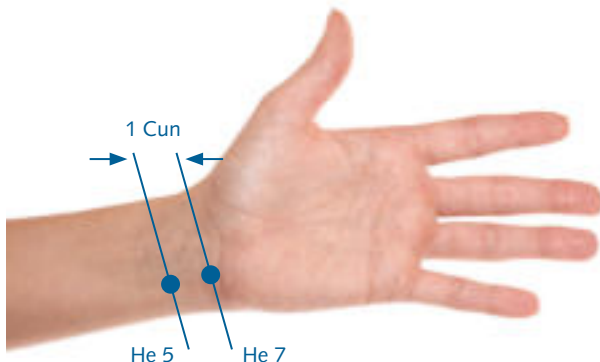
Hinweis

Der wichtigste Punkt, wenn das Herz-Qi durch Schreck oder Schock verletzt wurde und der Mensch daher nicht in der Lage ist, sich über die Sprache zu äußern.

He 7 → Shen Men, Tor des Geistes Shen

Lokalisation

In einer Mulde am ulnaren Ende der Handgelenksfalte, vor dem Erbsenbein, radial der Sehne des M. flexor carpi ulnaris.



Eigenschaften

- Yuan-Quell-Punkt
- Shu-Bach-Punkt
- Erde-Punkt
- Kind-Sedierungspunkt

Wirkrichtung

- für alle psychiatrischen Zustände, beruhigt das Herz und den Geist
- klärt Herzfeuer, reguliert gegenläufiges Qi
- entfernt Blockaden aus dem Leitbahnsystem

Indikationen

- Kopfschmerz, Schwindel
- Fieber, Halsschmerzen, Stimmlosigkeit, Husten
- Erbrechen von Blut
- Krämpfe und Schmerzen im Arm

- psychiatrische Indikationen wie z.B. Epilepsie, Demenz, Hysterie, Neurosen, Unruhe, Schlaflosigkeit, Vergesslichkeit

Kombinationen

- | | |
|-----------------------------|--|
| • Angina pectoris | + Pc 6 |
| • Erschöpfung, psychische | + Du 20, Mi 6 |
| • Herzrhythmusstörungen | + Pc 6, Ga 34 |
| • Hysterie, Schlaflosigkeit | + Pc 6, Yin Tang ¹¹ , Ma 36 |

Hinweis

H 7 Shenmen ist einer der wichtigsten Punkte bei psychischen Störungen.

Er behandelt alle Persönlichkeitsstörungen, reguliert sexuelle Störungen mit psychischem Hintergrund, Schlaflosigkeit durch Gedankenflut, Stumpfsinn und Antriebslosigkeit sowie emotionale Leere.

11 Yin Tang = Siegelhalle (Extrapunkt) an der Nasenwurzel, das 3. Auge

Dü 3 → Hou Xi, Hinteres kleines Tal

Lokalisation

an der Handkante entsteht beim Faustschluss ein charakteristischer Handfaltenrand, Stich volar am Knochen vorbei



Eigenschaften

- Shu-Bach-Punkt
- Holz-Punkt
- Einschaltpunkt des Du Mai
- Mutter-Tonisierungs-Punkt

Wirkrichtung

- harmonisiert den Geist Shen und die Emotionen
- zerstreut innere Hitze
- öffnet das Lenkergefäß Du Mai
- entspannt Muskeln und Sehnen

Indikationen

- Kopfschmerzen mit Muskelversteifung
- Ohrgeräusche und Taubheit, Nasenbluten
- Nachtschweiß

- Schmerzen in Schulter und Nacken
- Epilepsie, manisch-depressive Geisteskrankheit

Kombinationen

- Kopfschmerz, steifer Nacken,
Nackenschmerz, Rückenschmerzen + Bl 60
- Schwindel + Du 20, Tai Yang¹²

Hinweis

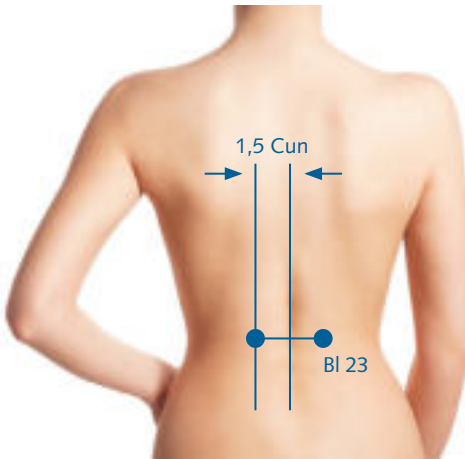
Dü 3 ist hilfreich bei akuter Lumbalgie und bei Augenkrankheiten, er erfrischt den Geist bei Müdigkeit und Depression, er beherrscht die gesamte Yang-Energie des Körpers.

12 Tai Yang = Sonne (Extrapunkt) auf der Schläfe, Mitte zwischen Augenbrauenende und äußerem Augenwinkel, ca. 1 Cun posterior in einer kleinen Mulde

BI 23 → Shen Shu, Zustimmungspunkt der Niere

Lokalisation

an der unteren Grenze des 2. Lendenwirbels,
1,5 Cun lateral der Mittellinie, er liegt auf gleicher Höhe wie der Nabel.



Eigenschaften

- Shu-Zustimmungspunkt der Niere

Wirkrichtung

- stärkt das Nieren-Qi und den unteren Rücken
- verbessert die Funktion von Augen und Ohren
- Nährt das Yin und das Yang, stabilisiert das Jing
- kräftigt Gehirn und Mark und verbessert die Gehirnfunktion
- wirkt beruhigend auf den Uterus

Indikationen

- Augenflimmern und Nachtblindheit
- Schwindel, Taubheit, Tinnitus, schwache Nerven
- Rückenschmerzen im Lumbalbereich, Knieschwäche
- nächtlicher Samenerguss und Impotenz, Menstruationsprobleme, Ausfluss, Ödeme, wässrige Durchfälle, Nierensteine
- Anämie¹³, Haarausfall

Kombinationen

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| • Blasenentzündung | + Mi 6 |
| • Impotenz, Samenerguss nachts | + Mi 6 |
| • Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit | + He 7 |
| • Nephritis | + Mi 6, Ni 3, Zi Gong ¹⁴ |
| • Ödeme | + Ni 3 |
| • Rückenschmerzen, unten | + Bl 40 (Wei Zhong) |

Hinweis

Bl 23 ist ein wichtiger Tonisierungspunkt bei schweren Nierenerkrankungen und bei allgemeiner Schwäche, er ist bei Nierenerkrankungen sehr druckempfindlich.

Bl 23 stabilisiert die Knochen bei Osteoporose, stärkt den Willen und mindert Ängste.

Bei Impotenz und sexueller Aversion, ungenügender Samenqualität, großer Müdigkeit nach Geschlechtsverkehr ist B 23 indiziert.

¹³ Die Niere erzeugt Erythropoetin, welches für die Blutbildung erforderlich ist.

¹⁴ Extrapunkt Zi Gong (Uterus): Auf dem Unterbauch, 3 Cun lateral Ren 3

BI 54 / 40 → Wei Zhong, Mitte der Beugung (chin. BI 40)

Lokalisation

in der Mitte der Kniegelenksfalte, zwischen den beiden Sehnen der ischiocruralen Muskulatur, wo ein Puls zu tasten ist.



Eigenschaften

- He-Meer-Punkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- Gao Wu Kommandopunkt für Rücken und Lumbalregion

Wirkrichtung

- öffnet die Leitbahnen, kühlt Blut und beseitigt pathogene Hitze
- entgiftet das System (Punkt mit Bluttestlanzette stechen und bluten lassen)
- stoppt Erbrechen und Durchfall, stärkt die Milz und reguliert den Magen
- entspannt Muskeln und Sehnen, stärkt den unteren Rücken und die Knie

Indikationen

- Zahnschmerzen, Halsschmerzen, Nasenbluten
- Lendenschmerzen, steife Wirbelsäule, Knie und Hüfte, Ischialgie
- Lähmungen in den Beinen, Apoplexie, Hemiplegie, Wadenkrämpfe
- Bauchschmerzen, Erbrechen, Durchfall, Enuresis, Dysurie, Mastitis
- entzündliche Hautausschläge
- Epilepsie, Hitzschlag, Hitzeerkrankungen ohne Schweiß

Kombinationen

- | | |
|--------------------------------------|---------------------|
| • Apoplex | + Pc 6, Du 26, Mi 6 |
| • Bauchschmerzen akut, Erbrechen, | + Lu 7 |
| • Hitzschlag | + Lu 7 |
| • Krämpfe an Unterschenkelaußenseite | + Bl 57, Le 3 |
| • Kreuzschmerzen | + Bl 23, Bl 57 |
| • Lähmungen der Beine | + Ga 34, Mi 6 |

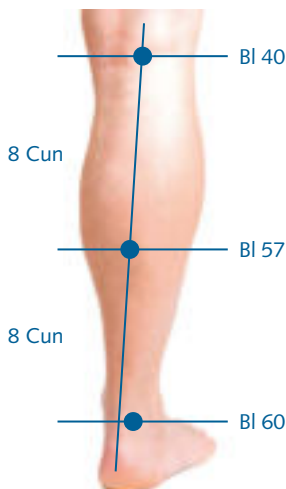
Hinweis

- Nach der chinesischen Nummerierung ist Wei Zhong der Punkt Bl 40.
- Ist der Schmerz kältebedingt, dann ist eine Moxabehandlung der Nadelung vorzuziehen.

Bl 57 → Cheng Shan, Säule des Fleisches

Lokalisation

Hälfte zwischen Ferse und Kniekehle, am Unterrand der Wadenmuskulatur, an der sich beim Anspannen ein $\triangle$ abzeichnet.



Eigenschaften

- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

- aktiviert die Blutzirkulation, löst Stauungen,
- reguliert den Darm und heilt Hämorrhoiden,
- entspannt Muskeln und Sehnen,
- unterstützt Wade und Ferse
- Wadenkrampf („Kulipunkt“)

Indikationen

- Krämpfe, Verstopfung und Spannung im Abdomen
- Schmerzen in der Wirbelsäule und in der Lendenregion, Ischialgie
- Lähmung der unteren Extremitäten
- Rektumprolaps, Hämorrhoiden

Kombinationen

- Hämorrhoiden + Er Bai¹⁵
- Schmerzen im unteren Rücken + Bl 23, Dü 3

Hinweis

B 57 ist ein sehr wichtiger Fernpunkt für die Behandlung von Hämorrhoiden.

¹⁵ Er Bai = Extrapunkt an Unterarm-Innenseite, 2 Cun proximal von Pc 6, beidseits der Sehne des Musc. flexor carpi radialis (speichenseitiger Handbeuger)

BI 60 → Kun Lun, Kun-Lun-Gebirge

Lokalisation

in der Mitte zwischen äußerem Knöchel und der Achillessehne



Eigenschaften

- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

- vertreibt Wind und öffnet die Leitbahnen
- entspannt Muskeln und Sehnen
- stärkt die Lendenregion
- klärt Hitze im Kopf und in den Augen
- kräftigt die Nieren und fördert die Geburt

Indikationen

- Kopfschmerzen, steife Muskeln im Nacken und Rücken
- Sehschwäche mit Schwindel, Nasenbluten
- Lendenschmerz, Knöchel und Wadenschmerz
- Druckgefühl in der Brust, Asthma
- Bauchschmerzen, Stuhlverhalten
- Menstruation schmerzhaft, Geburtshilfe
- Epilepsie hauptsächlich bei Kindern

Kombinationen

- Asthma + Ni 3, He 7
- Epilepsie + He 7, Du 26
- Fersenschmerzen + Ni 3
- Kopfschmerzen + Di 4, Dü 3

Hinweis

Der Punkt Bl 60 kann mit einer Nadel mit dem Punkt Ni 3, Tai Xi verbunden werden. Damit kann man gleichzeitig auch die Nierenleitbahn, also den Yin-Anteil stärken.

Geburtshilfe

Bei Placentarentention → auf Bl 60 Moxa anwenden

Zum Abbrechen unproduktiver Wehen → Nadel nur an Bl 60

Die Kombination Di 4 und Bl 60 verringert die Schmerzen bei der Geburt, beschleunigt den Geburtsvorgang und hilft der Placenta, sich abzulösen.

Wenn dieser Punkt bei einer Schwangeren stimuliert wird, dann kann dies die Geburt vorzeitig auslösen.

Ni 3 → Tai Xi, Größter Wildbach

Lokalisation

in der Mitte zwischen inneren Knöchel und der Achillessehne, direkt gegenüber von Bl 60, dort ist ein Puls zu tasten



Eigenschaften

- Yuan-Quell-Punkt
- Shu-Bach-Punkt
- Erde-Punkt
- einer der 9 Punkte zum Zurückholen des Yang

Wirkrichtung

- stärkt Nieren-Yang und Nieren-Qi, stabilisiert das Nieren-Jing
- nährt die Leber
- macht den Chong Mai und den Ren Mai durchgängig
- klärt Hitze in der Lunge und stoppt den Husten

Indikationen

- Taubheit, Tinnitus
- Halsschmerz, Bluthusten, Asthma
- Schmerzen und Lähmung der unteren Extremitäten

- alle Menstruationsbeschwerden, Hämorrhoiden, Verstopfung
- Samenerguss, Impotenz
- exzessive Träume, Gedächtnisverlust, Schlaflosigkeit

Kombinationen

- | | |
|------------------------------------|---------------|
| • Bluthusten | + Ma 36, Lu 7 |
| • Schlaflosigkeit | + He 7, Mi 6 |
| • Schmerzen Rücken und Wirbelsäule | + Du 26, Dü 3 |
| • Schwindel durch Bluthochdruck | + Le 3 |
| • Stuhlgang schwer | + Bl 57 |

Hinweis

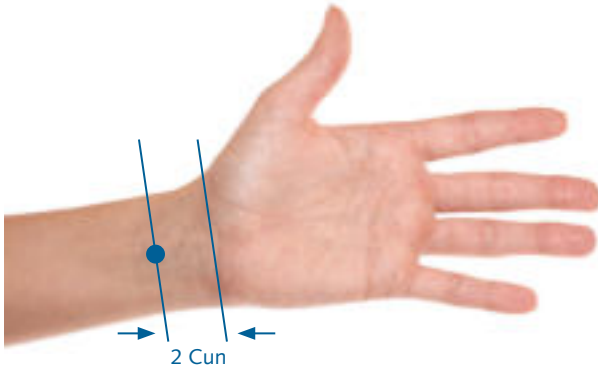
Der Puls unter dem Punkt Ni 3 hat nach dem Su Wen¹⁶ eine prognostische Bedeutung. Ist dieser Puls im Krankheitsfall gut zu fühlen, dann kann der Patient geheilt werden.

¹⁶ Der Su Wen ist ein grundlegendes Buch der traditionellen chinesischen Medizin. Es wird dem Kaiser Huang Ti zugeschrieben.

Pc 6 → Nei Guan, innere Schranke

Lokalisation

auf der Innenseite des Unterarms, 2 Cun oberhalb der Handgelenksfalte, zwischen den beiden Unterarmsehnen



Eigenschaften

- Luo-Punkt zur San-Jiao-Leitbahn
- einer der 8 Schlüsselpunkte (Konfluenzpunkte), der mit dem Yin Wei Mai kommuniziert
- Gao Wu Kommandopunkt für den Thorax und die laterale Rippenregion
- wichtiger Erste-Hilfe-Punkt

Wirkrichtung

- Ernüchtert, wenn der Patient sich wie benebelt fühlt
- beseitigt Unruhe und beruhigt das Herz
- entspannt die Brust und stoppt Übelkeit und Erbrechen
- allgemein schmerzstillend

Indikationen

- Herzklopfen, Herzschmerzen, Herzrhythmusstörungen, Angina pectoris, Tachycardie, Intercostalneuralgie
- Erbrechen, Aufstoßen, Magenschmerzen, Menstruationsstörungen
- Depression, Melancholie, Schlaflosigkeit, Amnesie, Manie, Epilepsie,
- Flugangst

Kombinationen

- | | |
|----------------------------------|----------------------|
| • Apoplexie mit Bewusstlosigkeit | + Du 26 |
| • Aufstoßen | + Ma 36, Mi 6, Ma 44 |
| • Bauchschmerzen mit Übelkeit | + Ma 36 |
| • Herzschmerzen | + Ma 36, Mi 6 |
| • Magenschmerzen | + Ma 36 |
| • Schlaflosigkeit | + Ma 36, Mi 6 |
| • Schluckauf | + Ma 36 |
| • Übelkeit und Erbrechen | + Ga 34 |
| • Völlegefühl | + Le 3, Ma 36 |

Hinweis

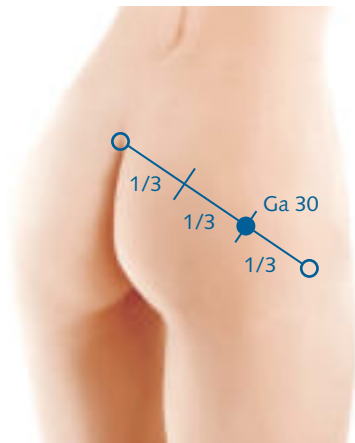
Pc 6 öffnet den Weg für zurückgehaltene Gefühle.

Er ist immer von Nutzen, wenn Kummer, Eifersucht, Trauer und Kränkungen den Menschen verletzt und verhärtet haben. Nei Guan kann Verhärtungen auflösen und so den Menschen zur Lebensfreude zurückführen. Kann starkes Weinen auslösen.

Ga 30 → Huan Tiao, Überspringen des Gürtels

Lokalisation

von Steißbein bis höchsten Punkt des Trochanters eine Linie ziehen, diese Strecke dritteln, Ga 30 liegt auf dem Gesäß in der Nähe des Trochanters



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt von Blasen- und Gallenblasenleitbahn
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- einer der 9 Punkte, die das Yang zurückbringen

Wirkrichtung

- stützt die Leber und kräftigt die Nieren, stärkt die Lendenregion
- vertreibt Wind und Nässe, entspannt die Sehnen und macht die Leitbahnen durchgängig

Indikationen

- Bi-Syndrom (siehe Seite 23) durch Wind, Nässe, Kälte
- Hüft- und Lendenschmerzen, Ischialgie
- Halbseitenlähmung beim Schlaganfall
- Coxarthrose, Hüftgelenksentzündung

Kombinationen

- | | |
|------------------------------------|-----------------------|
| • Hüftgelenksentzündung | + Bl 60, Ga 34, Le 3 |
| • Ischialgie | + Bl 40, Bl 57, Ga 34 |
| • Lähmung der unteren Extremitäten | + Bl 40, Mi 6, Ga 34 |
| • Lendenschmerzen | + Bl 40 |

Hinweis

in Richtung der Genitalien ca. 2–3 Cun tief stechen und kräftig manipulieren, der Punkt soll bluten.

Ga 34 → Yang Ling Quan, Quelle am Yang-Hügel

Lokalisation

1 Cun vor und unterhalb des Wadenbeinköpfchens in einem Grübchen



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt der Muskeln und Sehnen
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- He-Meer-Punkt der Gallenblasenleitbahn
- Erde-Punkt der Gallenblasenleitbahn

Wirkrichtung

- beruhigt das Leber-Qi, entspannt und ernährt Sehnen und Muskeln
- beseitigt Nässe aus den Gelenken und ist schmerzstillend
- einflussreicher Punkt für die Sehnen, Ischias, Wadenkrämpfe

Indikationen

- Störungen der Funktion von Muskel, Sehnen und Bändern
- Krämpfe, zur Nachbehandlung des Schlaganfalls
- Schmerzen im Schultergelenk, Intercostalneuralgie, Hemiplegie

- Flüssigkeitshaushalt, Verstopfung, Ödeme, unwillkürlicher Harnabgang
- Gallenblasenerkrankung, beseitigt Leber-Qi-Stau, Übelkeit und Erbrechen
- Erschöpfung, psychische Störungen, Angst, ständiges Seufzen

Kombinationen

- | | |
|--------------------------------------|---------------------|
| • Gallenblasenentzündung | + Pc 6, Le 3 |
| • Halbseitenlähmung, Taubheitsgefühl | + Ma 36, Mi 6 |
| • Ischialgie | + Ga 30, Bl 40 |
| • Krämpfe bei Kindern | + Di 4, Di 11, Le 3 |

Hinweis

Fördert den Muskelaufbau und gibt den Muskeln Kraft, also ein Punkt zum legalen Doping im Sport.

Verbessert die Koordination beim Gehen und das Gleichgewicht beim Stehen.

Bei lateralen Kniegelenksschmerzen kann von Ga 34 zu Ma 36 durchgestochen werden.

Le 3 → Tai Chong, Äußerster Ansturm

Lokalisation

zwischen dem 1. und 2. Mittelfußknochen, 2 Cun proximal der Interdigitalfalte



Eigenschaften

- Yuan-Quell-Punkt
- Erde-Punkt
- Shu-Strom-Punkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

klärt Leber-Feuer und verbessert den Qi-Fluss, beseitigt Feuchtigkeit und Hitze, beruhigt den Geist, tonisiert Leber-Blut und Leber-Yin, senkt Leber-Yang ab, entspannt Muskeln und Sehnen.

Indikationen

- Kopfschmerzen, Migräne, Schwindel, Schlaflosigkeit
- schlechtes Sehen, Rötung und Schwellung der Augen, Facialisparesie

- Schmerzen und Spasmen im Hypochondrium und im Unterbauch
- Uterusblutung, Harnverhalten, Verstopfung

Kombinationen

- Bluthochdruck + Di 11, Pc 6, Ma 36
- manisch-depressive Psychosen, Epilepsie + Du 20, Du 26, Di 4
- Scheitelpkopfschmerz + Du 20
- Schlaflosigkeit, Reizbarkeit + Di 4
- Schwindel + Ma 36, Mi 6, Du 20
- Uterusblutungen + Mi 6

Hinweis

Le 3 ist der wirkungsvollste Punkt, um alle mit der Leber verbundenen Störungen zu heilen.

Alle Augenkrankheiten wie z. B. trockene oder juckend Augen, Glaukom, beginnender Katarakt werden positiv beeinflusst.

Herpes labialis, Herpes genitalis sowie Schmerzen beim Geschlechtsverkehr wegen trockener Scheide werden ebenfalls gebessert.

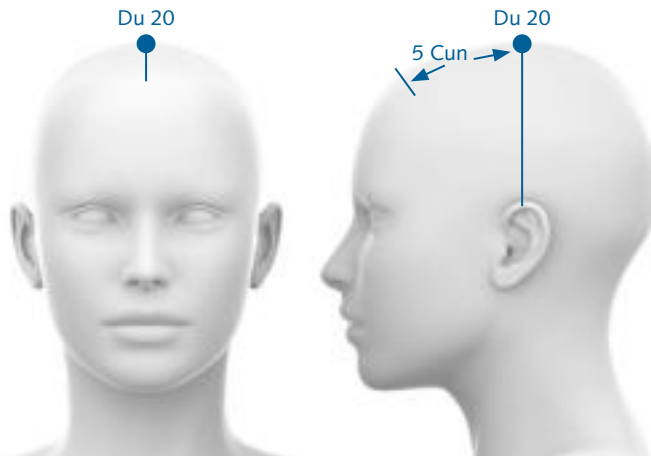
Die 4 Schranken (siehe auch Seite 75)

Jede Behandlung einer psychischen Erkrankung (auch Neurosen, emotionale Anspannung) sowie beruflicher Stress, unterdrückter Ärger oder Kummer sollte mit Di 4 und Le 3 beginnen.

Du 20 → Bai Hui, Hundert Versammlungen

Lokalisation

auf dem Kopf am Mittelpunkt der Verbindungslinie der beiden Ohrspitzen, Die Verbindungslinie zwischen dem vorderen und dem hinteren Haaransatz beträgt 12 Cun, Bai Hui ist 5 Cun vom vorderen Haaransatz entfernt.



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt des Du-Mai mit den 6 Yangleitbahnen und mit der Leberleitbahn
- Oberer Shu-Einfluss-Punkt für das Meer des Marks
- Austrittspunkt der ursprünglichen Geistes Yuan Shen im Zustand der Erleuchtung

Wirkrichtung

klärt pathogene Hitze, öffnet die Sinne, stärkt das Gehirn und beruhigt den Geist Shen, wiederbelebt das Yang, glättet das Qi der Leber und zerstreut pathogenen Wind

Indikationen

- Kopfschmerzen, Schwindel, Herzklopfen
- unklares Sehen, verstopfte Nase
- Ohnmacht und Nackensteife, Trismus¹⁷, Tinnitus, Taubheit
- Darm-, Uterus-, Vaginalprolaps, Uterusblutung
- Geisteskrankheiten, Schlaflosigkeit, Sprachverlust nach einem Schlaganfall, Gedächtnisverlust

Kombinationen

- | | |
|---------------------------|--|
| • Analprolaps | + Bl 57, Mi 6 |
| • Gedächtnisschwäche | + He 7, Ma 36 |
| • Inkontinenz | + Ni 3 |
| • Kopfschmerzen aller Art | + Di 4, 11, Yin Tang ¹⁸ ,
Tai Yang ¹⁹ |
| • Magensenkung | + Mi 6, Ma 36 |
| • Ohnmacht | + Pc 6, Du 26 |
| • Schlaflosigkeit | + He 7 |
| • Schwindel, Benommenheit | + Le 3, Dü 3 |
| • Uterusprolaps | + Mi 6, Le 3, Ni 3, Ma 36, |

Hinweis

Wirkungsvoll vor Prüfungen, um den Geist (und die Angst) zu beruhigen (+ He 5, um die Zunge zu lösen in der mündl. Prüfung).

Um beim Vorfall von Scheide oder Darm das Yang zu heben, ist Moxa erforderlich.

17 Trismus = Kieferklemme, Mund lässt sich nicht öffnen

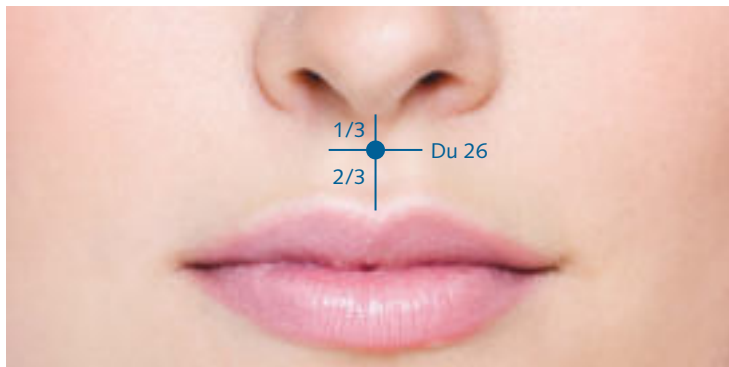
18 Yin Tang = Siegelhalle (Extrapunkt) an der Nasenwurzel, das 3. Auge

19 Tai Yang = Sonne (Extrapunkt) auf der Schläfe, Mitte zwischen Augenbrauenecke und äußerem Augenwinkel, ca. 1 Cun posterior in einer kleinen Mulde

Du 26 → Ren Zhong, Mitte des Menschen

Lokalisation

in der Nasenfurche, 1/3 von der Nasenscheide abwärts, fast parallel zum Nasenrücken ca. ½ Cun tief stechen



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt des Du Mai mit der Dickdarm- und der Magenleitbahn
- der 1. der 13 Gui-Dämonen-Punkte des Sun Si Miao
- der 6. Gao-Wu-Kommandopunkt zur Wiederbelebung
- er wirkt wie ein Xi-Spaltpunkt für den Qi-Fluss im Du Mai

Wirkrichtung

- Wiederbelebung, neurologische Krankheiten, Schmerzen

Indikationen

- akute Lumbalgie, wenn der Schmerz an der Wirbelsäule sitzt und der Patient sich nicht vor- und zurückbeugen kann
- epileptischer Anfall, plötzliche Ohnmacht, Geisteskrankheiten

Kombinationen

- allergische Reaktion + Pc 6, Ni 3, Ma 36
- Bewusstlosigkeit + Pc 6, Di 4, Le 3, Shi Xuan²⁰
- Epileptischer Anfall + Di 4, Ga 34, Le 3, Shi Xuan²⁰
- Hitzschlag + Pc 6, Bl 40
- Hysterie
(Di 4 in Richtung Handfläche nadeln) + Di 4
- Krämpfe, zerebrale bedingt + Pc 6
- Rektumprolaps + Du 20, Bl 58
- Rückenschmerzen, Traumafolge + Bl 40 (Wei Zhong)
- schiefer Mund nach Schlaganfall + Ma 36, Di 4
- Sonnenstich + Ni 3, Bl 40, Shi Xuan²⁰
- Sprachstörungen + Ni 3, He 5

Hinweis

- Zur Wiederbelebung bei Nadelkollaps!
- Bei allergischem Schock kann dieser Punkt Leben retten.
- Du 26 kann einen epileptischen Anfall unterbrechen.
- Auch bei Zahnschmerzen im Oberkiefer und bei Herpes labialis sehr wertvoll.

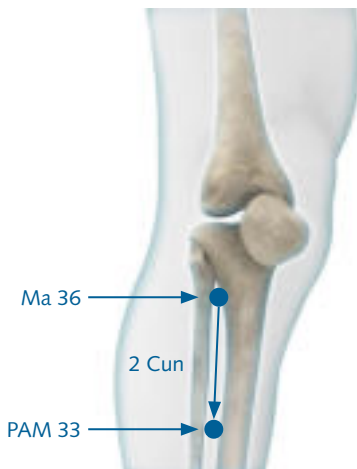
20 Shi Xuan = 10 Fingerspitzen (Extrapunkt)

PAM 33 → Lan Wei, Blinddarm

Lokalisation

etwa 2 Cun unterhalb von Ma 36,

Die genaue Lokalisation wird durch Palpation bestimmt. Man sucht den Punkt maximaler Druckschmerzempfindlichkeit auf.



Eigenschaften

Lan Wei ist einer der wenigen Punkte, die nur rechts existieren.

Wirkrichtung

aktiviert Qi und Blut und leitet Hitze und Feuertoxine aus dem Dickdarm.

Indikationen

- Verdauungsstörung, akute Appendizitis

Kombinationen

- akute Appendizitis

+ Ma 36, Di 11



Notfallsituationen

Als „Notfall“ werden Zustände bezeichnet, bei denen eine lebensbedrohliche gesundheitliche Störung vorliegt. Ohne schnelle Hilfeleistung sind erhebliche Schäden oder der Tod des Patienten zu befürchten.

Diese Schrift kann und will keine Notfallausbildung ersetzen. Sich ständig auf dem Laufenden zu halten, ist eine persönliche Verpflichtung, der jedermann vor seinem Gewissen und vor dem Gesetz genügen muss. Die Basismaßnahmen der Ersten Hilfe werden als bekannt vorausgesetzt.

Der Notruf 112

Ist der Notfallort auf der Straße, dann ist die Notfallstelle unverzüglich ausreichend abzusichern. Bevor man mit irgendwelchen Maßnahmen beginnt, ist ein Notruf abzusetzen, wenn immer das möglich ist.

Die wichtigste Regel beim Notruf²¹ ist:

**Hänge das Telefon nie zuerst ein,
der Rettungsdienst könnte noch eine Frage haben.**

Wenn möglich stellt man einen Helfer an die Straße, damit er den Rettungsdienst einweist. Nachts sollte der Helfer eine gute Taschenlampe haben (oder ein Auto mit Warnblinkanlage), am Tag ein großes Tuch (Handtuch) zum Winken.

21 Die Notrufnummer 112 ist in Europa einheitlich eingeführt.

Die Zeit zwischen dem Notruf und der Ankunft des Rettungsdienstes kann abhängig von der Lage des Notfallortes zwischen 5 und 40 Minuten betragen. Diese Zeit sollten und können wir sinnvoll überbrücken.

Die nachstehende Einteilung der Notfälle ist nicht starr anzusehen, da viele Notfallsituationen in einander übergehen können. Zum Beispiel kann ein Herzinfarkt einen Kreislaufkollaps oder einen Schlaganfall (Apoplex, TIA) nach sich ziehen.

Allgemeine Notfallmaßnahmen

Die **psychische Betreuung** eines Notfallpatienten ist sehr wichtig. Beruhigendes Auftreten und Sicherheit im Handeln kann durch komplizierte Geräte nicht ersetzt werden.

Wichtig ist die richtige **Lagerung des Patienten**. Der Patient soll möglichst schmerzfrei sein und gut atmen können. Ob also die Lagerung richtig ist oder nicht, bestimmt der Patient und nicht das Lehrbuch oder irgend eine Leitlinie.

Als universell einsetzbares Medikament gehören die **Notfall-Tropfen** (Remedium Rescue, Bachblüten) in jede Hausbesuchs- oder Notfalltasche. Damit kann man nichts kaputt machen – man kann sie also immer geben. Bei Bedarf gibt man 5 Tropfen auf die Zunge. Die Gabe kann in 5 Minuten Abstand wiederholt werden.

Ein Stethoskop, ein Blutdruckmessgerät, ein Blutzuckermessgerät sind oft vorhanden und sollten dann natürlich auch benutzt werden. Die nachstehend beschriebenen Fälle lassen sich aber auch ohne diese technischen Hilfsmittel erkennen und vorübergehend versorgen, bis der Patient vom Rettungsdienst übernommen werden kann.

Unterzuckerung – diabetisches Koma

Erkennen

- Der Patient ist bekannter Diabetiker
- Der Patient nimmt gegen seinen Diabetes Tabletten
- Der Patient erlebte akut eine Belastungssituation
- Der Patient ist somnolent²² oder bereits bewusstlos
- möglicherweise riecht²³ er, wie wenn er betrunken wäre

Das diabetische Koma ist durch einen erhöhten Blutzuckerspiegel gekennzeichnet. Es ist natürlich eine ernstzunehmende Stoffwechselentgleisung, jedoch in der Regel nicht unmittelbar lebensbedrohlich.

Anders ist es mit der Unterzuckerung, der Hypoglycämie, da das Gehirn auf Glucose angewiesen ist. Auch bei einem Blutzuckergehalt (BZ) von 100 mg% können bereits Symptome einer Unterzuckerung auftreten, da dies von der BZ-Einstellung des Patient abhängt. Ab 50 mg% liegt jedoch in jedem Fall eine Unterzuckerung vor.

Maßnahmen

Wenn man den Blutzucker nicht messen kann, dann sollte man auf jeden Fall eine Zuckerlösung (z.B. ½ Liter Wasser mit 1–2 Esslöffel Zucker oder Honig) trinken lassen, falls der Patient ansprechbar ist.

Begründung

Das Gehirn braucht Glucose um zu überleben. Wenn der Patient gerade eine Unterzuckerung (Hypoglycämie) durchmacht, dann kann die Zuckerzufuhr sein Leben retten.

22 Somnolenz = Schläfrigkeit

23 Ein Diabetiker im Koma riecht nach Azeton (= Nagellack).

Hat er zu viel Zucker im Blut, dann wird natürlich durch die Zuckerzufuhr seine Stoffwechselsituation verschlechtert. Es ist jedoch im Prinzip egal, ob der Patient nun eine Blutglucose von 320 mg% oder von 360 mg% hat. Die Behandlung in der Klinik ist die gleiche.

Die weitere Akutbehandlung wird bei *Hypotonie – niedriger Blutdruck* beschrieben.

Stenocardie – Herzinfarkt

Herzinfarkt und Angina pectoris zeigen sich oft am Notfallort so ähnlich, dass man diese Zustände manchmal nicht sicher unterscheiden kann. Sicherheit bringt erst die Untersuchung im Krankenhaus mit den erweiterten technischen Möglichkeiten.

Erkennen

- Thoraxschmerz, der in die Zähne und / oder den linken Arm oft bis zum kleinen Finger hin ausstrahlt
- Enge oder Druckgefühl im Thorax
- Luftnot
- Unruhe, Angst, kalter Schweiß, Blässe, Zyanose, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen
- Blutdruck entweder zu hoch (über 180 mmHg) oder zu tief (unter 100 mmHg)
- Puls ist zu schnell (über 100) oder zu langsam (unter 40) oder unregelmäßig (Aussetzer, Extrasystolen)

Akupunktur

- **Pc 6 Nei Guan** wird bei Herz-Kreislauf-Problemen immer gestochen
- ist der Patient blass, dann wird **Di 4 He Gu** dazu gegeben
- ist er Patient rot und gestaut im Gesicht, dann wird **Ma 36 Zu San Li** dazu gegeben
- Ist der Patient bewusstlos, dann wird zuerst **Du 26 Ren Zhong** gestochen, dann kommt erst **Pc 6 Nei Guan**

Weitere Maßnahmen

Der Patient soll so gelagert werden, dass er möglichst schmerzfrei ist und ausreichend Luft bekommt.

- bei rotem Gesicht, sitzend
- bei blassem Gesicht liegend, Kopf tief
- bei Bewusstlosigkeit in stabiler Seitenlage

Notfalltropfen kann man immer geben. Wenn möglich, ist eine **Sauerstoffgabe** (ca. 4 Liter pro Minute) sehr wertvoll.

Hypotonie – niedriger Blutdruck

Wenn ein Patient über Schwindelgefühle klagt und dann ohnmächtig wird, dann denkt man zuerst an einen Blutdruckabfall, obwohl natürlich auch andere Ursachen dahinter stecken können. Sehr häufig liegt eine Unterzuckerung (Hypoglykämie) vor, besonders bei Diabetikern, die mit Tabletten behandelt werden.

Junge und sehr schlanke Menschen haben oft konstitutionell einen sehr niedrigen und instabilen Blutdruck.

Erkennen

- blasse Gesichtsfarbe
- kalter Schweiß
- kaum tastbarer, weicher, schneller, regelmäßiger Puls
- träge und verminderte Reaktion
- Ohnmacht bzw. Bewusstlosigkeit

Akupunktur

- ist der Patient blass und noch bei Bewusstsein, dann wird zunächst **Di 4 He Gu** gestochen, bei Bedarf noch **Pc 6 Nei Guan** dazu
- Ist der Patient bewusstlos, dann wird zuerst **Du 26 Ren Zhong** gestochen, dann erst kommt **Pc 6 Nei Guan**

Weitere Maßnahmen bei Bewusstlosigkeit

Patient soll möglichst flach gelagert werden, damit wieder Blut ins Gehirn kommt. Man kann auch zusätzlich die Beine und die Arme hoch heben, bis er das Bewusstsein wieder erlangt hat. Bei längerer Bewusstlosigkeit ist die stabile Seitenlage erforderlich, damit Erbrochenes oder Speichel nicht aspiriert werden.

Hypertonie – Bluthochdruck

Erkennen

- Die Gesichtsfarbe kann rot oder auch blass sein
- Der Puls ist hart und gespannt
- der Patient wirkt oft unruhig und ängstlich

Akupunktur

- Wenn der Patient keine Herzschmerzen hat und gut Luft bekommt, kann man **Di 4 He Gu** und **Le 3 Tai Chong** stechen. Le 3 Taichong sollte kräftig sediert werden.
- Hat der Patient Herzschmerzen und bekommt schlecht Luft, dann stechen wir **Pc 6 Nei Guan** und **Di 11 Qu Qi**.

Weitere Maßnahmen

Der Patient sollte möglichst sitzend gelagert werden.
Mit den Notfalltropfen kann man nichts falsch machen.

Wichtig

Bei älteren Menschen darf ein erhöhter Blutdruck nicht brüsk abgesenkt werden, da hierdurch eine Durchblutungsstörung des Gehirns mit Schlaganfallsymptomatik ausgelöst werden kann.

Den Erfordernisblutdruck ergibt folgende Faustformel:

$$\text{RR} = 100 + \text{Lebensalter}$$

Fragen Sie den Patienten, welchen Blutdruck er im Normalfall hat.

Schlaganfall (TIA²⁴)

Erkennen

- Kopfschmerzen, Erbrechen,
- Blutdruck zu hoch oder zu tief
- Verlust des Bewusstseins ist häufig
- das Krankheitsbild setzt meistens plötzlich ein

Es gibt 4 einfache Tests, um einen Schlaganfall zu erkennen.

- Bitte die Person, zu lächeln (sie wird es nicht schaffen).
- Bitte die Person, einen ganz einfachen Satz zu sprechen (zum Beispiel: „Es ist heute schönes Wetter“).
- Bitte die Person, beide Arme zu erheben (sie wird es nicht oder nur teilweise können).
- Bitte die Person, ihre Zunge heraus zu strecken.
Wenn die Zunge gekrümmt ist, sich von einer Seite zur anderen windet, ist das ebenfalls ein Zeichen eines Schlaganfalls.

Akupunktur

- Der wichtigste Punkt ist hier **Du 26 Ren Zhong**
- Dann folgen **Di 4 He Gu** und **Le 3 Tai Chong**

Weitere Maßnahmen

Wenn der Patient bewusstlos ist, dann muss er auf jeden Fall in die stabile Seitenlage gebracht werden.

Ist der Patient bei Bewusstsein, sehr **blass im Gesicht** und der Blutdruck nicht extrem hoch, dann sollte man ihn hinlegen. Hat der Patient einen **roten Kopf** und hohen Blutdruck, dann sollte er besser sitzen.

24 TIA = Transitorische Ischämische Attacke, vorübergehende Durchblutungsstörung des Gehirns

Asthmaanfall

Pathophysiologische Ursache ist

- eine erhöhte Reaktionsbereitschaft der Bronchialmuskulatur
- eine Verdickung der Bronchialschleimhaut durch ein Ödem
- eine Verstopfung der kleinen Bronchiolen durch zähes Sekret

Als **Auslöser** für einen Asthmanfall gibt es folgende Hauptfaktoren

- emotionale Störungen
- Überempfindlichkeit gegen irgendwelche Stoffe z. B. Parfüm
- Infektion der Atemwege

Erkennen

- Luftnot, Pfeifen und Giemen beim Ausatmen
- Engegefühl im Thorax
- Patient sitzt und stützt sich beim Atmen nach hinten ab
- die Erkrankung ist dem Patienten meistens bekannt
- der Auslöser (Infekt, Psyche, Allergie) ist oft bekannt

Akupunktur

- Zuerst **Pc 6 Nei Guan** und dann **Lu 7 Lie Que** stechen, dann **Ni 3 Tai Xi** stechen und manipulieren
- 2. Möglichkeit:
Bl 60 Kun Lun nach **Ni 3 Tai Xi** durchstechen und manipulieren,
für die psychische Komponente **H 7 Shen Men** dazu nehmen

Weitere Maßnahmen

Der Patient sollte sitzen und sich nach hinten abstützen können. Nur so kann er seine Atemhilfsmuskulatur wirkungsvoll einsetzen.

Sehr hilfreich ist es auch, wenn der Patient gegen die „Lippenbremse“ atmet. Beruhigung mit **Notfalltropfen** ist immer gut.

Vorsicht – keine Sauerstoffgabe ...

**wenn nicht die Möglichkeit der assistierten Beatmung gegeben ist.
Sauerstoff könnte einen Atemstillstand auslösen.**

Begründung

Beim gesunden Menschen wird die Atmung durch Sauerstoffmangel und durch Kohlendioxidüberschuss stimuliert. Da der Asthmapatient durch seine Krankheit meistens einen erhöhten Kohlendioxidgehalt im Blut hat, ist er an Kohlendioxidüberschuss gewöhnt. Somit bleibt ihm für die Triggerung seiner Atmung nur noch der „Sauerstoffmangel“.

Wenn nun der Sauerstoffmangel durch erhöhte Sauerstoffzufuhr von außen korrigiert wird, dann hat der Patient keinen Atemreiz mehr. Als Folge davon ist ein Atemstillstand möglich.

Starke Bauchschmerzen (akutes Abdomen)

In der Praxis treten folgende Zustände öfter auf:

- Nierenkolik
- Gallenkolik
- schmerzhafter Durchfall

Erkennen

- Allen diesen Ursachen sind starke Bauchschmerzen gemeinsam.
- Ob eine Nierenkolik oder eine Gallenkolik vorliegt, ergibt sich oft aus der Vorgeschichte
- Bei einer Frau im gebärfähigen Alter sollte man auch immer an eine **Eileiterschwangerschaft** denken (also immer nach der letzten Regelblutung fragen!)

Akupunktur

- zuerst **Di 4 He Gu** und dann **Le 3 Tai Chong** stechen
- liegt eine **Nierenkolik** vor sollte mit **Bl 60 Kun Lun** ergänzt werden
- liegt eine **Gallenkolik** vor sollte mit **Ga 34 Yang Ling Quan** ergänzt werden

Weitere Maßnahmen

Sitzende Lagerung mit Knierolle wird meistens als angenehm empfunden.

Notfalltropfen und beruhigendes Verhalten sind wichtig.

Panikattacke

Erkennen

- Herzrasen
- Atemstörung – Lufthunger, Hyperventilation
- Zittern, Weinen, unbegründete Todesangst
- großes Misstrauen gegen Ärzte
- Zustand hat sich schon öfter ereignet

Akupunktur

- **H 7 Shen Men** und **BI 23 Shen Shu** vermindern die Angst
- **Pc 6 Nei Guan** und **Du 20 Bai Hui** beruhigen den Patienten

Weitere Maßnahmen

Der Patient sollte sitzen und darf nicht unbeobachtet bleiben, da man bei diesen Personen nie weiß, was als nächstes kommt.

Notfalltropfen sind hilfreich.

Falls durch **Hyperventilation** Parästhesien auftreten, ist das Rückatmen aus einer Plastiktüte wirksamer als jede Injektion. Der Patient soll, wenn möglich, die Tüte selbst halten, da er sonst zu ersticken glaubt.

Epileptischer Anfall – Krampfanfall

Die Patienten haben oft ihren persönlichen Anfallsauslöser, z. B. Schlafmangel, Stress, Flackerlicht, laute Geräusche. Es lohnt sich, wenn der Patient nach seinem Auslöser sucht. Viele Anfälle können dadurch vermieden werden.

Erkennen

- Epilepsie ist meistens bekannt
- Aura ist oft nur ein unangenehmes Gefühl im Bauch
- Patient verkrampft sich und stürzt zu Boden
- Patient kann nun zuckende Bewegungen ausführen
- Wenn der Anfall vorüber ist, dann ist der Patient erschöpft und neigt dazu, in einen tiefen Schlaf zu versinken

Akupunktur

- **Du 26 Ren Zhong** kräftig manipulieren. Wenn man Du 26 Ren Zhong in der Auraphase noch stechen kann, dann kann man den Anfall oft vermeiden.

Weitere Maßnahmen

Wichtig ist, dass man selbst während der Hilfeleistung nicht verletzt wird. Epileptiker während eines Anfalls geht man „vom Kopf her“ an. Damit vermeidet man lebensgefährliche Fußtritte.

Man steht am Kopf, packt den Patienten bei der Nase und sticht Du 26 Ren Zhong ca. 1 Cun tief (parallel zum Nasenrücken). Dann sollte die Nadel kräftig manipuliert werden.

Wenn der Patient um sich schlägt, sollte man den Patienten in Ruhe lassen und Tische und Stühle etc. nach Möglichkeit wegräumen oder mit Decken abpolstern.

Lumbago (Hexenschuss)

Erkennen

Jede Bewegung macht starke Schmerzen im unteren Rücken, der Patient kann sich nicht vor und zurück beugen

Akupunktur

- Du 26 Ren Zhong

Weitere Maßnahmen

Bei jeder Schmerzakupunktur ist es wichtig, dass die ursprünglich schmerzhafte Bewegung ausgeführt wird, während die Nadeln liegen und ggf. manipuliert werden. Das Schmerzgedächtnis wird damit gelöscht.

Nachdem der Patient sich wieder bewegen kann, kann man aktuell schmerzhafte Punkte (AShi-Punkte) am Rücken suchen, diese akupunktieren und die Nadeln intensiv manipulieren.



Anhang

Abkürzungen für die Akupunktur-Leitbahnen

Abkürzung	Bedeutung	
Lu	Lunge	Yin
Di	Dickdarm	Yang
Ma	Magen	Yang
Mi / MP	Milz	Yin
He	Herz	Yin
Dü	Dünndarm	Yang
Bl	Blase	Yang
Ni	Niere	Yin
Pc / KS	Pericard, KS	Yin
SJ / 3E	San Jiao, 3E	Yang
Ga	Galle	Yang
Le	Leber	Yin
Du / LG	Lenkergefäß, Gouverneurgefäß	Yang
Ren / KG	Konzeptionsgefäß	Yin

Akupunktur bedeutet Ausgleich zwischen Yin und Yang. Daher enthält eine gute Akupunktur in der Regel Yin- und Yang-Punkte.

Zu viele Yangpunkte machen den Patienten unruhig, zu viele Yinpunkte ermüden den Patienten.

Schmerzen werden in der chinesischen Medizin als Qi-Stau am Schmerzort verstanden. Die Akupunktur will diesen Stau auflösen, indem sie das Qi in den Energieleitbahnen wieder zum fließen bringt.

Das Cun-Maß

Das Cun-Maß²⁵ ist in der TCM das allgemein übliche Maß, um Strecken am menschlichen Körper zu messen. Der Vorteil ist, dass es die Unterschiede zwischen den verschiedenen Menschen berücksichtigt.

Längenmasse wie z.B. Zentimeter oder Zoll sind ungeeignet, da sie „menschenunabhängig“ definiert wurden und somit nicht individuell sind.

Cun	Messstrecke
1	Daumenbreite
1,5	Breite von Zeige- und Mittelfinger
2	Zeigefingerspitze bis Mittelgelenk
3	Breite der Hand (4 Finger)
5	vom Schambeinrand bis zum Nabel
6	Abstand der Schulterblätter
8	vom Nabel bis zum Sternum-Unterrand
9	vordere Axillarlinie bis zur Ellenbeugenfalte
9	Hinterkopf, Abstand der beiden Warzenfortsätze
12	Abstand Ellenbeugenfalte und Handgelenksfalte

²⁵ Aussprache „zun“

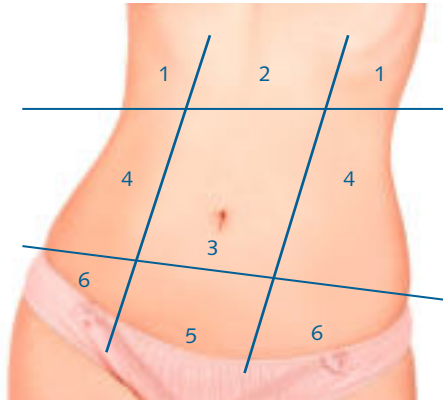
Zielgebiete von Akupunkturpunkten

Allgemein gilt:

Grundsätzlich wirkt jeder Punkt im Verlauf seiner Leitbahn mehr oder weniger schmerzstillend. Wirkungen außerhalb der Energieleitbahnen (Akupunkturmeridiane) können mit „inneren Leitbahnverläufen“ erklärt werden.

Zielgebiete	Punkte
Kopf und Nacken	Lu 7, Bl 60
Gesicht	Di 4, Ma 44
Mund und Zähne	Di 4, Ma 36, Ma 44
Ohr	Di 4
Auge	Di 4, Le 3
Nase	Di 4, Yin Tang
Thorax	Pc 6, Ma 36
Oberbauch	Ma 36, Mi 6
Mittelbauch	Ma 36, Mi 6
Unterbauch	Mi 6, Le 3
Rücken	Bl 60
Gynäkologie	Di 4, Le 3, Mi 6, Bl 60
Kälte, allgemein	Nabelmoxa mit Salz
Hitze, allgemein	Di 4, Di 11

Topografie des Bauches



- 1 Oberbauch = Hypochondrium
- 2 Oberbauch = Epigastrium
- 3 Mittelbauch = Nabelzone
- 4 Mittelbauch = Darmzone
- 5 Unterbauch = Schamgegend
- 6 Unterbauch = Leistengegend

Verbotene Punkte

Es gibt Punkte, die absolut verboten sind und solche, für die lediglich eine relatives Verbot besteht.

Absolut verboten sind:

- **Auge, Brustwarze, Penis, Klitoris usw.**
also Punkte, in die ein halbwegs vernünftiger Mensch auch ohne ausdrückliches Verbot nicht stechen würde.
- Der **Nabel** darf nicht gestochen, jedoch mit Salzsolation gemoxt werden.

Während der Schwangerschaft

sind Unterbauchpunkte und Punkte in der Lumbo-Sakral-Region sowie Di 4, Mi 6 und Bl 60 verboten.

Während der Menses

sollte **Mi 6** nicht gestochen werden.

Vorsichtig, flach zu stechen,

sind alle Punkte, die innere Organe oder die Pleurahöhle verletzen könnten. Hierzu gehört z.B. der Punkt **Lu 1 (Pleurahöhle)** oder **KG 2 (Harnblase)**. Besonders muss dies bei sehr mageren Personen beachtet werden.

Ma 9 → Ren Ying, Empfang menschlichen Seins

liegt direkt über der Arteria Carotis externa und damit über dem Carotis-Sinus-Knoten. An dieser Stelle könnte durch eine tiefe Akupunktur ein starker Vagusreiz ausgelöst werden, der im Extremfall einen Herzstillstand hervorrufen kann.

Aufbau einer guten Akupunktur

Grundregeln

Für eine gute und wirkungsvolle Akupunktur gibt es einige Grundregeln.

1. Versuchen Sie immer zu verstehen, warum es sinnvoll ist, gerade diesen Punkt zu stechen. Meistens ergibt sich die Antwort aus dem Meridianverlauf.
2. Verwenden Sie wenig Nadeln wie möglich. Der Patient wird es dir danken.
3. Akupunktur bedeutet Ausgleich, daher: Achten Sie bei jeder Nadelung auf einen möglichst vollständigen Ausgleich von Yin und Yang. Zu viele Yin-Punkte machen den Patienten müde, zu viele Yangpunkte machen ihn nervös und überaktiv.

Beispiel: Die 4 Schranken (Di 4 + Le 3)

Bei der Behandlung von Schmerzen und von psychischen Erregungszuständen kann oftmals mit einer relativ einfachen Nadeltechnik ein guter Erfolg erzielt werden. Eine einfache und sehr wirkungsvolle Technik ist die Methode der „vier Tore“ oder „vier Pforten“.

**Es werden beidseitig die Punkte
Di 4, He Gu und Le 3, Tai Chong gestochen.**

Diese Punktkombination wird das erste Mal ca. 250 nach Christus erwähnt. Es heißt in der „Ode der erleuchteten Mysterien“: „Bei Kälte und Hitze mit schmerzhafter Stauung öffne die vier Tore“.

Im weiteren Text wird ausgesagt, dass die Yuan-Quellpunkte der sechs Yang-Leitbahnen an den vier Toren hervortreten. Es ist ein grundlegendes Prinzip der Behandlung von schmerzhaften Stauungen, Yang-Leitbahnen in die Behandlung mit einzubeziehen.

Mit dieser Kombination kann man also Schmerzen, Spasmen und viele weitere Erkrankungen positiv beeinflussen.

Di 4, He Gu,

liegt in der oberen Körperhälfte (Hand), während Le 3, Tai Chong in der unteren Körperhälfte (Vorfuß) liegt. Er ist der Yuan-Quellpunkt des Hand-Yang-Ming (Yang). Die Yang-Ming-Schicht, ist „reich an Qi und Blut“.

Le 3, Tai Chong,

ist der Shu-Bach- und Yuan-Quell-Punkt der Leber-Leitbahn (Yin). Sie hat die Aufgabe, das Qi zu verteilen und für den „geschmeidigen und richtigen“ Fluss des Qi in allen Organsystemen zu sorgen.

Somit findet ein oben-unten und Yin-Yang-Ausgleich statt. Beide Punkte zusammen aktivieren Blut und Qi und sichern seinen ungestörten und freien Fluss durch den ganzen Körper.

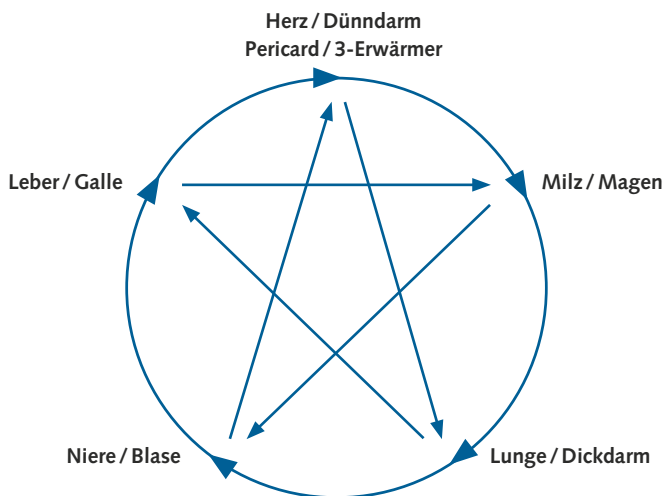
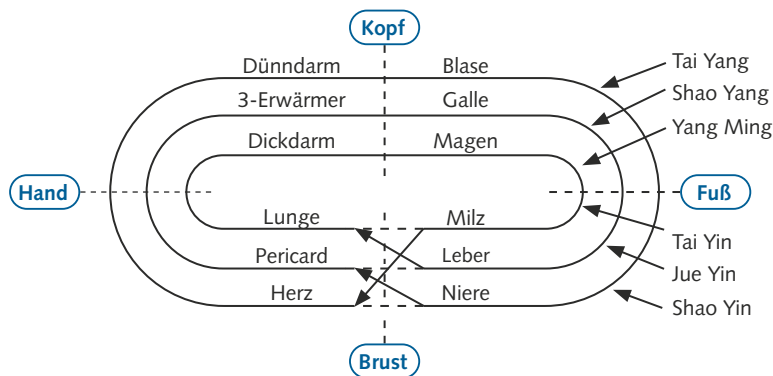
Nachdem jeder Schmerz als Qi-Stau im System interpretiert wird, ist es leicht verständlich, warum diese Kombination jede Arten von Schmerzen positiv beeinflusst und damit auch psychisch ausgleichend wirkt.

Nadeltechnik

Die heute üblichen Einmalnadeln sind aus chirurgischem Stahl. Die meistens verwendete Nadel ist 25 bis 30 mm lang und hat eine Durchmesser von 0,25 bis 0,3 mm.

Die Nadel muss sich beim Stechen gut führen lassen. Das ist nur bei einem Metall-Spiralgriff möglich. Außerdem darf sie das Gewebe beim Stechen nicht zerschneiden sondern sie soll es „sanft“ verdrängen. Die Spitze soll also eher „abgerundet“ als „messerscharf“ sein. Der Nadelenschaft soll im Stichkanal Reibung haben, eine Silikonbeschichtung ist daher nicht sinnvoll.

Organfunktionskreise



Die Shu-Mo-Technik ist für chronische Krankheiten geeignet

Alarmpunkt	Funktionskreis	Wirbelsegment	Zustimmungspunkt
Lu 1	Lunge	Th 2	B 13
KG 17	Pericard	Th 3	B 14
KG 14	Herz	Th 4	B 15
Le 14	Leber	Th 6 / 7	B 18
Ga 24	Galle	Th 7	B 19
Le 13	Milz	Th 8	B 20
KG 12	Magen	Th 8 / 9	B 21
KG 5	3-Erwärmer	Th 9	B 22
Ga 25	Niere	Th 10	B 23
Ma 25	Dickdarm	Th 11 / 12	B 25
KG 4	Dünndarm	L 1	B 27
KG 3	Blase	L 2	B 28

Die Xi-Punkte sticht man bei Stauungen im Meridian (akute Zustände und Schmerzen!)

Funktionskreis	Xi-Spaltpunkt	Name
Lunge	Lu 6	Kungzui
Dickdarm	Di 7	Wenliu
Magen	M 34	Liangqiu
Milz	MP 8	Diji
Herz	He 6	Yinxi
Dünndarm	Dü 6	Yanglao
Blase	Bl 63	Jinmen
Niere	Ni 5	Shuiquan
Kreislauf	KS 4	Ximen
Dreierwärmer	3E 7	Huizong
Galle	Ga 36	Waiqiu
Leber	Le 6	Zhongdu

Weiterführende Literatur

Die nachfolgend empfohlene Literatur hat jeweils unterschiedliche Schwerpunkte.

- **Maciocia, Die Grundlagen der Chinesischen Medizin** (Einblick in fundamentale Zusammenhänge der Traditionellen Chinesischen Medizin)
- **Deadman et al., Großes Handbuch der Akupunktur** (Genauere Beschreibung der Lage und der Wirkung verschiedener Akupunkturpunkte sowie der Leitbahnverläufe)
- **Hipp, Tietz, Alternatives Notfall-Manual für Ärzte** (Ein ganzheitlicher Ansatz. Kompaktes Handbuch für den Bereich „Notfallmedizin“)
- **Winkelmann, Schröder, Praxisratgeber Erste Hilfe** (Inhalte nach BG-Information „Handbuch zur Ersten Hilfe“ (BGI 829))

App-Tipps für Smartphone und Tablet (Elsevier-Verlag):

- Notarzt-Leitfaden
- Innere Medizin
- Nachtdienst
- Allgemeinmedizin
- Homöopathie
- Akupunktur

Bildquellen

Fotolia

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| S. 9 – © ankdesign | S. 36 – © Christian Schwier |
| S. 11 – © Christian Schwier | S. 38 – © Christian Schwier |
| S. 13 – © donfiore | S. 40 – © Christian Schwier |
| S. 15 – © decade3d | S. 42 – © Styfouphoto |
| S. 17 – © nerthuz | S. 44 – © Axel Kock |
| S. 20 – © Christian Schwier | S. 46 – © Christian Schwier |
| S. 22 – © Christian Schwier | S. 48 – © decade3d |
| S. 24 – © Christian Schwier | S. 50 – © Valua Vitaly |
| S. 26 – © Christian Schwier | S. 52 – © nerthuz |
| S. 28 – © Tran-Photography | S. 53 – © vchalup |
| S. 30 – © hamara | S. 69 – © valentint |
| S. 32 – © goanovi | S. 70 – © Vadim Cebaniuc |
| S. 34 – © goanovi | S. 73 – © Vladitto |

Stichwortverzeichnis

A

akutes Abdomen	65
Amnesie	41
Anämie	31
Angina pectoris	27, 41, 59
Angst	45, 49, 59, 66
Antriebslosigkeit	27
Apoplex	33, 55
Appendizitis	52
AShi-Punkt	68
Asthma	36, 37, 38
Asthmaanfall	63
Aufmerksamkeitsstörungen	21
Aufstoßen	41
Augenflimmern	30
Augenkrankheiten	29, 47
Augenschmerzen	14, 24
Aura	67
Ausfluss	31

B

Bauchschmerzen	27, 29, 33, 36, 37, 41, 47, 67
Benommenheit	19, 49
Bewusstlosigkeit	41, 51, 59, 60
Bi-Syndrom	12, 23, 42
Blutdruck	58, 59, 60, 61, 62
Bluthochdruck	16, 18, 39, 47, 61
Bluthusten	38, 39
Blutungen	23

C

Computer	5, 12
Coxarthrose	43
Cun-Maß	71

D

Darmzone	73
Demenz	25, 27
Depression	29, 41

Doping	45
Druckgefühl im Thorax	59
Durchfall	14, 16, 18, 21, 23, 32, 33, 65
Dysurie	33

E

Eileiterschwangerschaft	65
Enuresis	33
Epigastrium	73
Epilepsie	27, 29, 33, 36, 37, 41, 47, 67
Epileptischer Anfall	51, 67
Erbrechen	16, 18, 26, 32, 33, 40, 41, 45, 59, 62
Erbrechen von Blut	26
Erfordernisblutdruck	61
Erschöpfung	27, 45
Extrasystolen	59

F

Facialisparese	14, 20, 46
Flugangst	41

G

Gallenblasenerkrankung	45
Gallenerkrankungen	18
Gallenkolik	65
Geburtshilfe	14, 36, 37
Gedächtnisverlust	39, 49
Geisteskrankheiten	18, 49, 50
Glaukom	47
Grippe	12

H

Haarausfall	31
Halbseitenlähmung	14, 16, 43, 45
Halsschmerzen	12, 21, 26, 33
Hämorrhoiden	34, 35, 39
Harnverhalten	47

Herpes genitalis	47	Leistengegend	73
Herzinfarkt	55, 59	Lendenschmerz.	36
Herzklopfen	41, 49	Lendenschmerzen.	33, 43
Herzrasen	66	Lufthunger	66
Herzrhythmusstörungen	27, 41	Luftnot.	59, 63
Herzschmerzen	41, 61	Lumbalgie.	29, 50
Hitzewallungen.	16	M	
Hitzschlag.	33, 51	Magenschmerzen	18, 41
Hüftgelenkentzündung	43	Manie.	41
Hypertonie	23, 61	Mastitis.	33
Hyperventilation.	66	Melancholie	41
Hypochondrium	47, 73	Menopause	12
Hypoglycämie.	57	Menstruation	16, 25, 36
Hypoglykämie	60	Menstruation schmerzhaft	36
Hysterie	25, 27, 51	Migräne	12, 46
I		Misstrauen	66
Impotenz	31, 39	Müdigkeit.	29, 31
Interostalneuralgie	41, 44	Mundwinkelrhagaden.	21
Ischialgie.	33, 35, 43, 45	Muskelaufbau.	45
K		N	
Katarakt	47	Nabelzone	73
Kniegelenksschmerzen	45	Nachtblindheit	30
Knieschwäche.	31	Nachtschweiß.	28
Kopfschmerzen.	11, 14, 19, 24, 28, 31, 36, 37, 46, 49, 62	Nackenschmerzen.	12
Krampfanfall.	67	Nasenbluten.	14, 21, 28, 33, 36
Krämpfe	26, 33, 35, 44, 45, 51	Nasenpolypen.	12
Kränkungen	41	Neurosen	27, 47
Kummer	41, 47	Nierenkolik	65
L		Nierensteine	31
Lagerung Asthmapatient	63	Notfallpatient	56
Lagerung Bauchschmerzen	65	Notfall-Tropfen.	56
Lagerung Epilepsie	67	Notruf 112	54
Lagerung Herzanfall	57	O	
Lagerung Hypertonie	61	Ödeme.	19, 23, 31, 45
Lagerung Hypotonie.	60	Ohnmacht	14, 19, 49, 50, 60
Lagerung psychischer Notfall	66	Ohrgeräusche.	28
Lagerung Schlaganfall.	62	Osteoporose.	31
Lähmung Beine.	34	P	
Lebensfreude	41	Palpitationen	24, 25
		Panikattacke.	66

Placentarention	37
Prüfungsangst	49
psychischen Krankheiten.	14
Puls	32, 38, 39, 59, 60, 61
Puls Aussetzer.	57
Puls hart.	61

R

Rektumprolaps	35, 51
Rückenschmerzen.	29, 31, 51

S

Schamgegend.	73
Schlaflosigkeit.	23, 27, 31, 39, 41, 46, 47, 49
Schlaganfall Test.	62
Schlaganfall (TIA)	62
Schmerzen in Fingern	25
Schmerzgedächtnis.	68
Schwangerschaft	14, 23, 74
Schweiß kalt.	60
Schwindel.	16, 19, 26, 29, 31, 36, 39, 46, 47, 49
Sehnenscheidenentzündung.	12
Sehschwäche	36
Sehstörungen	24
Sonnenstich	51
Sprachstörungen.	51
Stimmlosigkeit	26
Störungen gynäkologisch	22
Stuhlverhalten	36
Stummheit	24

T

Tachycardie.	41
Taubheit.	16, 28, 31, 38, 49

Tennisellenbogen	16
Thorax Engegefühl.	63
Thoraxschmerz.	59
Tinnitus.	20, 31, 38, 49
Tonsillitis.	24
Tränenausbruch	12
Trauer.	41
Trigeminusneuralgie	20, 21

U

Unruhe.	21, 24, 27, 40, 59
Unterzuckerung	57, 60
Uterusblutung	47, 49

V

Vaginalprolaps	49
Verdauungsstörung	52
Vergesslichkeit	27
Verstopfung	19, 35, 39, 45, 47, 63

W

Wadenkrampf	34
Wadenkrämpfe.	33, 44
Wadenschmerz.	36
Wehen	23, 37
Wei-Syndrom	23
Wiederbelebung.	13, 50, 51

Z

Zahnfleischbluten	20
Zahnschmerzen	14, 19, 20, 21, 33, 51
Zyanose	59

Keine Neuerscheinung verpassen!

Der **ML-Verlag** führt ein umfangreiches Buchprogramm zu Themen der Naturheilkunde und komplementären Medizin. Heilpraktiker, naturheilkundlich tätige Ärzte sowie ganzheitlich tätige Therapeuten finden praxisnahes Hintergrundwissen sowie Lernbücher zu ganzheitlicher Diagnostik sowie Anwendung verschiedener Methoden.

Mit dem ML-Newsletter verpassen Sie keine Neuerscheinung und haben außerdem die Chance auf attraktive Buchgewinne.



Jetzt anmelden unter
naturheilkunde-kompakt.de/ml-newsletter



Siegfried Sulzenbacher ist seit 1976 Heilpraktiker in eigener Praxis. Seine langjährige Erfahrung mit der Akupunktur hat gezeigt, dass diese Methode gerade bei akuten Krankheitsbildern einfach anzuwenden und doch wirkungsvoll ist. In seiner Zeit als Rettungssanitäter konnte er zudem Praxis in der Notfallversorgung sammeln. In Vorträgen und Seminaren zum Thema „Traditionelle Chinesische Medizin“ konnte der Autor sein erprobtes Wissen über naturheilkundliche Therapien bereits an viele Seminarteilnehmer weitergeben.

Mit wenigen wirkungsvollen Punkten viel bewegen – das ist die Devise dieses Akupunktur-Büchleins. Wie man für Homöopathen „Taschenapotheken“ mit relativ wenigen Arzneimitteln zusammengestellt hat, kann man auch für die Akupunktur „Arbeits- und Praxispunkte“ benennen, mit denen sich viele Zustände erfolgreich behandeln lassen. Ein erfahrener Akupunktur sagte einmal, dass man mit nur 10 Punkten ca. 95 % aller mit Akupunktur therapierbaren Krankheiten erfolgreich behandeln kann.

- Die 21 wichtigsten Punkte und ihre Lokalisation, die Wirkrichtung und dazu passende Indikationen – anwendbar in Akupunktur oder Akupressur
- Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Punkten bei bestimmten Zuständen
- Häufige Notfälle und ihre Behandlung mithilfe der Akupunktur
- Praktische Hinweise: Begriffserklärungen und Abkürzungen, das Cun-Maß, Zielgebiete von Akupunkturpunkten
- Umfangreiches Stichwortverzeichnis und Literaturtipps

Ein handliches Nachschlagewerk für unterwegs, das sich für akupunktur-erfahrene Heilpraktiker und Ärzte ebenso eignet, wie für manuelle Therapeuten und Einsteiger, die effiziente Akupressur anwenden wollen.

Das Werk inklusive aller Inhalte wurde unter größter Sorgfalt erarbeitet. Alle Angaben erfolgen jedoch ohne Gewähr. Weder der Autor noch der Verlag haften für eventuelle Nachteile oder Schäden, die möglicherweise aus der Anwendung der nachfolgenden Hinweise und Therapieempfehlungen resultieren könnten.

Die hier bereitgestellten Informationen können niemals eine ärztliche Beratung, Diagnose oder Behandlung ersetzen. Auch sollten sie niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwendet werden. Bei Beschwerden und vor jeder Selbstbehandlung ist ein Arzt- oder Heilpraktikerbesuch angeraten.

针 Zhen = Nadel

刺 Ci = stechen

Zhen Ci bedeutet Nadel-stechen also „Akupunktur“

Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf eine geschlechtsspezifische Differenzierung verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform beinhaltet keine Wertung.

2. Auflage 2025

© 2025 ML Verlag in der mgo fachverlage GmbH & Co. KG, Kulmbach

© 2018 ML Verlag in der Mediengruppe Oberfranken –
Fachverlage GmbH & Co. KG, Kulmbach

Druck: Generál Nyomda Kft., H-6727 Szeged

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung und Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme ist unzulässig und strafbar.

Titelbild: © WavebreakmediaMicro – Fotolia

www.ml-buchverlag.de

ISBN (Buch): 978-3-96474-811-9

ISBN (E-Book/PDF): 978-3-96474-812-6

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Einführung	6
Die Punkte	9
Lu 7 → Lie Que, unterbrochene Reihenfolge	11
Di 4 → He Gu, Talgrund	13
Di 11 → Qu Qi, Teich am Ellenbogen	15
Ma 36 → Zu San Li, Fuß – 3 – Meilen	17
Ma 44 → Nei Ting, Innere Wohnung	20
Mi 6 → San Yin Jiao, drei Yin Vereinigung	22
He 5 → Tong Li, freie Verbindung mit dem Inneren	24
He 7 → Shen Men, Tor des Geistes Shen	26
Dü 3 → Hou Xi, Hinteres kleines Tal	28
Bl 23 → Shen Shu, Zustimmungspunkt der Niere	30
Bl 54 / 40 → Wei Zhong, Mitte der Beugung (chin. Bl 40)	32
Bl 57 → Cheng Shan, Säule des Fleisches	34
Bl 60 → Kun Lun, Kun-Lun-Gebirge	36
Ni 3 → Tai Xi, Größter Wildbach	38
Pc 6 → Nei Guan, innere Schranke	40
Ga 30 → Huan Tiao, Überspringen des Gürtels	42
Ga 34 → Yang Ling Quan, Quelle am Yang-Hügel	44
Le 3 → Tai Chong, Äußerster Ansturm	46
Du 20 → Bai Hui, Hundert Versammlungen	48
Du 26 → Ren Zhong, Mitte des Menschen	50
PAM 33 → Lan Wei, Blinddarm	52
Notfallsituationen	53
Der Notruf 112	54
Allgemeine Notfallmaßnahmen	56
Unterzuckerung – diabetisches Koma	57

Stenocardie – Herzinfarkt	59
Hypotonie – niedriger Blutdruck	60
Hypertonie – Bluthochdruck	61
Schlaganfall (TIA)	62
Asthmaanfall	63
Starke Bauchschmerzen (akutes Abdomen)	65
Panikattacke	66
Epileptischer Anfall – Krampfanfall	67
Lumbago (Hexenschuss)	68
Anhang	69
Abkürzungen für die Akupunktur-Leitbahnen	70
Das Cun-Maß	71
Zielgebiete von Akupunkturpunkten	72
Topografie des Bauches	73
Verbotene Punkte	74
Aufbau einer guten Akupunktur	75
Organfunktionskreise	77
Die Shu-Mo-Technik / Xi-Punkte	78
Weiterführende Literatur	79
Bildquellen	79
Stichwortverzeichnis	80

Vorwort

Wenn man beginnt, sich mit alternativen Heilmethoden wie z.B. Akupunktur oder Homöopathie auseinander zu setzen, dann steht man zunächst einmal vor einem riesigen Berg von Informationen.

Man kauft Bücher und bekommt dort nicht immer wirklich hilfreiche Informationen. Dann kommt noch die Industrie dazu und bietet Computerprogramme und irgendwelche teuren Maschinen an, die im Grunde nur eines sagen wollen: Du brauchst nichts lernen, das kann dir alles der Computer oder die Maschine abnehmen.

Welch ein Irrtum!

Ich hatte das Glück, in dieser Phase der Verwirrung erfahrene Kollegen kennenzulernen, die auf geduldiges Nachfragen gerne ihr solides und praxiserprobtes Wissen weitergaben.

Genau das soll diese Schrift auch tun. Solides und belastbares Wissen weitergeben, das sich in der Praxis am Patienten bewährt hat.

Wenn sie jedoch in irgendeiner Sache gut sein wollen, dann gilt nach wie vor der alte Satz ...

... vor den Erfolg haben die Götter den Schweiß gesetzt!

In diesem Sinne wünsche ich meinen Lesern viel Freude und Erfolg im Beruf.

München, im Frühjahr 2018
Siegfried Sulzenbacher, Heilpraktiker

Einführung

In der traditionellen chinesischen Akupunktur (TCA) sind ca. 365 Leitbahnpunkte und viele Punkte außerhalb der Leitbahnen bekannt. Wenn man jedoch mit Praktikern spricht, dann verwenden sie in der Regel nur eine wesentlich geringere Anzahl von Punkten.

Genauso wie für Homöopathen „Homöopathische Taschenapotheken“ zusammengestellt wurden, kann man auch für Akupunkteure „Praxispunkte“ zusammenstellen, mit denen sehr viele Zustände erfolgreich behandelt werden können. Ein erfahrener Kollege hat einmal gesagt, dass man mit 10 Punkten ca. 95 % aller Erkrankungen therapieren kann, für welche die Akupunktur geeignet ist.

Solche Zusammenstellungen sind z. B. von Ma Dan Yang und von Gao Wu bekannt.

MA DAN YANG

war ein bedeutender Akupunkteur der Shang-Dynastie¹. Die von ihm verwendeten 12 Punkte („Himmelsstern-Punkte“) haben sich sowohl damals als auch heute als besonders wirkungsvoll erwiesen.

GAO WU

lebte in der Ming-Dynastie². Er hat seinen Bedarf auf zunächst 4, dann später 6 Kommandopunkte reduziert und ist damit gut zurecht gekommen.

Aber auch deutsche Akupunkteure³ haben solche Punktezusammenstellungen angegeben.

1 Shang-Dynastie, die 2. Dynastie der chinesischen Geschichte (1600–1100 Jahrhundert v. Chr.)

2 Ming-Dynastie, 1368–1644 n. Chr., sie löste die Mongolenherrschaft ab.

3 z. B. Udo Lorenzen in Mikrokosmische Landschaften, Band 2, Seite 235

Die nachstehend genannten Punkte sind entweder von Ma Dan Yang oder von Gao Wu beschrieben worden und sie haben sich in meiner Praxis bewährt.

Die Akupunkturpunkte und ihre Kombinationen können relativ einfach angewendet werden. Wenn man jedoch verstehen will, was eigentlich energetisch im Körper geschieht, dann sind Kenntnisse der inneren und äußeren Leitbahnverläufe und der energetischen Zusammenhänge zwischen den Leitbahnen und den Organen (Zang Fu) erforderlich.

Akupressur

Als Notfalleinwendung ist die Akupressur der nachstehend aufgezeigten Punkte ebenfalls sehr wirkungsvoll. Man drückt mit den Fingern sehr kräftig auf den ausgewählten Punkt. Der Druck sollte etwa 2–3 Minuten gehalten werden. Dann kann man den nächsten Punkt nehmen, der als Kombinationsmöglichkeit sinnvoll in Frage kommt.

Am Bauch und an anderen weichen Stellen des Körpers kann man die Akupressur nicht anwenden. Bei Bedarf kann man diese Punkte jedoch vorsichtig massieren.

Manche benutzen zur Akupressur Holz- oder Metallstäbchen. Dies ist nicht erforderlich und sollte wegen der damit verbundenen Verletzungsgefahr besser unterlassen werden.

Bei der Beschreibung der Punkte sind jeweils „Punktkombinationen“ angegeben, die in einigen Fällen mehrere Punkte enthalten. Dies bedeutet natürlich nicht, dass in einer Sitzung alle diese Punkte verwendet werden sollen. Vielmehr stellt man sich aus diesen Punkten eine Kombination zusammen, die dem Patienten und seiner aktuellen Situation angemessen ist.

Eine gute Punkteverschreibung enthält in der Regel Yin und Yang-Punkte. Zu viele Yangpunkte machen unruhig, zu viele Yin-Punkte ermüden den Patienten.

Im folgenden Text wird die Bezeichnung der Leitbahnen und damit auch der deutschen Punktebezeichnungen wie üblich abgekürzt. Ein Verzeichnis dieser Abkürzungen finden Sie auf Seite 70. Da bei manchen Punkten (z. B. Bl 54, Wei Zhong) die chinesische Nummerierung von der deutschen abweicht, gilt im Zweifelsfall immer der chinesische Punktname.

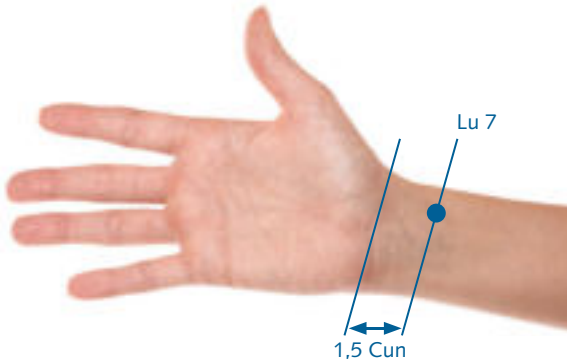
Lu 7 → Lie Que, unterbrochene Reihenfolge

Lokalisation

1,5 Cun proximal der palmaren Handgelenksfalte in der Radialisrinne

Hinweis

„Unterbrochene Reihenfolge“ ist eine altertümliche chinesische Bezeichnung für einen Blitz, da die Nadelung dieses Punktes beim Patienten gelegentlich ein Gefühl „wie ein Blitzschlag“ auslöst.



Eigenschaften⁴

- Luo-Punkt der Lungenleitbahn zur Dickdarmleitbahn
- Schlüsselpunkt (Öffnungspunkt des Ren Mai)
- Hauptpunkt für Hinterkopf- und Nackenprobleme
- Übertrittspunkt des Qi⁵ von der Lungen- in die Dickdarmleitbahn
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- Kommandopunkt des Gao Wu für Kopf und Nacken

Das Cun-Maß wird auf Seite 71 näher erläutert.

⁴ Erklärung der Punkteigenschaften siehe „Deadman, Grosses Handbuch der Akupunktur“.

⁵ Qi ist die Lebensenergie, hier die der Lunge (sprich dschi)

Wirkrichtung

- Zerstreut Wind und befreit die Oberfläche, macht die Leitbahn und ihre Nebengefäße durchgängig
- aktiviert den Qi-Fluss im Konzeptionsgefäß Ren Mai
- öffnet die Nase und durchlüftet die Lunge
- befreit den Nacken und beruhigt Kopfschmerzen

Indikationen

- Schmerzen in Kopf und Nacken, Händen und Ellenbogen, Migräne
- Husten, Nasenlaufen, Halsschmerzen, öffnet die Nase und die Poren, führt damit zum Schwitzen, geeignet für das Anfangsstadium von Erkältungen und grippalen Infekten
- Kälte- und Hitze-Erkrankungen, Wind-Bi-Erkrankungen

Kombinationen

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| • Grippe durch Wind-Kälte | + Di 4, Ga 34 |
| • Hitze und Kälte an der Oberfläche | + Di 4 |
| • Kopf- und Nackenschmerzen | + Dü 3 |
| • Menopause, Beschwerden | + Ni 3 |
| • Nasenpolypen | + Di 4, Yin Tang ⁶ |
| • Schiefstellung des Gesichts | + Ma 36 |
| • Sehnenscheidenentzündung | + Di 4 |

Da Lu 7 der Schlüsselpunkt des Ren Mai ist, können damit auch viele gynäkologische Probleme gelöst werden.

Bei blockierten Emotionen kann Lu 7 einen Tränenausbruch provozieren, und so diese Blockade lösen. Wenn die Arbeit am Computer das Handgelenk ermüdet und den Nacken verspannt, ist Lu 7 sehr hilfreich.

Bi-Erkrankung (Bi-Syndrom) siehe Seite 23.

⁶ Yin Tang = Siegelhalle, Extrapunkt an der Nasenwurzel, das „3. Auge“

Di 4 → He Gu, Talgrund

Lokalisation

auf dem Handrücken zwischen Daumen und Zeigefinger, wo sich am 2. Mittelhandknochen ein kleines Grübchen tasten lässt.



Eigenschaften

- Yuan-Quell-Punkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- Kommandopunkt des Gao Wu für Gesicht und Mund
- einer der 9 Punkte zur Wiederbelebung des Yang

Wirkrichtung

- befreit die Oberfläche, reguliert Qi und Blut, beruhigt den Geist Shen, reguliert den Dickdarm und fördert den Geburtsverlauf,
- wiederbelebend und schmerzstillend

Indikationen

- Kopf- und Zahnschmerzen
- Fieber (Aspirinpunkt), Kältekrankheiten
- Augenschmerzen
- wund laufende Nase, Heuschnupfen, Nasenbluten
- Apoplexie, Ohnmacht, Facialisparesie, Halbseitenlähmung
- Amenorrhoe, Unfruchtbarkeit
- Durchfall, Bauchschmerzen
- alle Formen von psychischen Krankheiten

Kombinationen

- | | |
|---|-----------------------|
| • Apoplexie, Ohnmacht | + Du 26 |
| • Bauchschmerzen | + Ma 36, Le 3 |
| • Durchfall | + Ma 36 |
| • Erkältungskrankheiten mit
Kopfschmerzen und Hitzegefühl ⁷ | + Ga 34, Du 20, Di 11 |
| • Yin-Yang-Ausgleich (4 Pforten ⁸) | + Le 3 |
| • Zahnschmerzen | + Ma 44 |

Hinweis

Di 4 ist in der Schwangerschaft verboten, er ist jedoch in der Geburtshilfe von unschätzbarem Wert

- bei schwieriger Geburt:
Di 4 tonisieren, Mi 6 sedieren, Le 3 neutral stechen

⁷ Tai-Yang Erkrankungen

⁸ Methode der 4 Pforten, siehe Seite 75

Di 11 → Qu Qi, Teich am Ellenbogen

Lokalisation

am Ende der Ellenbogenbeugefalte an der Außenseite



Eigenschaften

- He-Meer-Punkt
- Erde-Punkt
- der 12. Gui-Dämonen-Punkt nach Sun Si Miao
- Tonisierungspunkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

- öffnet die Oberfläche und vertreibt Wind-Hitze
- klärt Hitze und kühlt das Blut, harmonisiert Qi und Blut
- reguliert die Lunge und schützt die Körperflüssigkeiten
- befreit die Gelenke

Indikationen

- anhaltendes Fieber, geschwollene Lymphknoten, verstopfte Nase
- Taubheit der oberen Extremitäten, Halbseitenlähmung, Beugen und Strecken ist nicht möglich
- Völlegefühl im Thorax, Schwindel, Bluthochdruck
- Bauchschmerzen und Spannung im Abdomen, Erbrechen und Durchfall
- Ausbleiben der Menstruation (Vorsicht: Schwangerschaft?)

Kombinationen

- | | |
|-------------------------------------|---------|
| • Durchfall | + Ma 36 |
| • Halbseitenlähmung | + Ga 34 |
| • Menstruationsprobleme | + Mi 6 |
| • Steifheit der oberen Extremitäten | + Di 4 |

Hinweis

- Di 11 ist allgemein tonisierend und aufbauend (+ Ma 36).
- Di 11 senkt sehr schnell Fieber.
- Di 11 ist beim Tennisellenbogen sehr bewährt.
- Auch Menstruationsprobleme und klimakterische Hitzewallungen lassen sich gut therapieren

Ma 36 → Zu San Li⁹, Fuß – 3 – Meilen

Lokalisation

3 Cun senkrecht unter Ma 35, dem Knieauge

2. Möglichkeit:

Man lokalisiert zuerst Ga 34, Yang Ling Quan, Ma 36 liegt dann 1 Cun unterhalb von Ga 34, und $\frac{1}{2}$ Cun lateral vom distalen Schienbeinrand



Eigenschaften

- He-Meer-Punkt
- Erde-Punkt
- Nässe-Punkt: Er bewegt, kanalisiert und trocknet
- Ben-Punkt (Erde in Erde)
- Shu-Einfluss-Punkt auf das Meer der Nahrung

9 Das „Li“ ist ein altes chinesisches Wegemaß, ca. 500 Meter.

- Punkt zur Rettung des Yang (bei Kollaps, Schock)
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- Kommandopunkt des Gao Wu für das Abdomen
- Gui-Dämonen Punkt zur Behandlung von Geisteskrankheiten
- Vereinigungspunkt-Punkt der essentiellen Energien, Ma 36 harmonisiert Yin und Yang auf der Ebene der essentiellen Energien Ying Wei, Qi Xue und Jin Ye

Wirkrichtung

- Ma 36 harmonisiert den Magen und stärkt die Milz, wandelt Schleim um, senkt das Fieber, verbessert die allgemeine Leistungsfähigkeit
- Ma 36 fördert das Absenken des Qi und macht Leitbahnen und Nebengefäße durchgängig, harmonisiert die Eingeweide und löst Blockaden, harmonisiert Qi und Blut, tonisiert das Blut sowie Ying-Qi und Wei-Qi
- Ma 36 senkt rebellierendes Qi ab, stoppt Erbrechen und löst Nahrungsblockaden
- Ma 36 leitet Wind aus und zerstreut äußere, pathogene Energien

Indikationen

- alle abdominellen Erkrankungen z.B. Magenschmerzen, Übelkeit
- Erbrechen, Schluckauf, Durchfall, Verdauungsstörungen mit Fieber
- psychische Beschwerden (Manien)
- allgemeine Tonisierung, also alle Leere-Schwäche-Erkrankungen

Kombinationen

- | | |
|---------------------------------|---------------------|
| • Bluthochdruck | + Le 3, Di 4, Di 11 |
| • Brechdurchfall, akut | + Ma 44 |
| • Bronchialasthma | + Lu 7 |
| • Fieber | + Di 4, Di 11 |
| • Knieschmerzen | + Ga 34 |
| • Leber- und Gallenerkrankungen | + Le 4, Ga 34 |
| • Magen-Darm-Erkrankungen | + Pc 6, Mi 6 |

- Monatsregel, ausbleibend
(Vorsicht: mögliche Schwangerschaft?) + Di 11, Mi 6
- Ödeme + Bl 23
- Schwindel, Benommenheit, Ohnmacht + Du 20, Du 26, Le 3
- Verdauungsblockade + Le 3
- Verstopfung + Mi 6
- Zahnschmerzen, Kopfschmerzen + Di 4

Hinweis

Der Punkt wird ca. $\frac{1}{2}$ Cun tief gestochen.

Magen-Darm-Patienten haben oft einen unstabilen Kreislauf. Daher ist es besser, wenn man Ma 36 am liegenden Patienten sticht.

Ma 44 → Nei Ting, Innere Wohnung

Lokalisation

zwischen 2. und 3. Zehe in einem Grübchen, ca. $\frac{1}{2}$ Cun oberhalb der Schwimmlinie



Eigenschaften

- Ying-Quell-Punkt
- Wasserpunkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

- klärt pathogene Hitze und Nässe aus dem Verdauungskanal
- unterstützt das Magen-Qi, harmonisiert die Eingeweide, löst Stauungen auf
- behandelt Erkrankungen des Gesichts

Indikationen

- Zahnschmerzen besonders im Unterkiefer, Zahnfleischbluten
- Facialisparesie, Trigeminusneuralgie, Tinnitus

- fieberhafte Erkrankungen, Nasenbluten, Halsschmerzen
- Durchfall

Kombinationen

- | | |
|-------------------------------------|---------------|
| • Durchfall | + Di 11 |
| • Kälteerkrankung mit wenig Schweiß | + Di 4, Ni 3 |
| • Nasenbluten | + Ga 34, Di 4 |
| • Zahnschmerzen | + Di 4 |

Hinweis

Stirnkopfschmerzen, Trigeminusneuralgie, Unruhe und Aufmerksamkeitsstörungen, herpesähnliche Ausschläge sowie Mundwinkelrhagaden sind über Ma 44 ebenfalls therapierbar.

Mi 6 → San Yin Jiao, drei Yin Vereinigung

Lokalisation

in einer kleinen Mulde am Hinterrand der Tibia,
3 Cun über dem Innenknöchel



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt von Milz-, Leber- und Nierenleitbahn
- einer der 9 Punkte, um das Yang zurück zu holen

Wirkrichtung

- tonisiert Milz und Magen und fördert den Transport und die Umwandlung der Nahrung
- löst Qi-Stagnation auf, beseitigt Blutstau
- reguliert den Uterus und die Hoden, reguliert die Menses
- zerstreut Wind-Nässe aus den Leitbahnen und den Nebengefäßen
- nährt das Blut, erweicht Verhärtungen
- fördert die Diurese, stärkt die Niere

Indikationen

- Störungen im Unterleibsbereich, gynäkologische Störungen
- wirkt analgetisch im unteren Abdomen¹⁰
- dünner Stuhl oder Durchfall mit unverdauten Nahrungsresten
- Bi-Syndrome und Wei-Syndrome der unteren Extremitäten

Kombinationen

- | | |
|------------------------------|----------------|
| • Bauchschmerzen | + Ma 36 |
| • Hernien | + Le 3 |
| • Hypertonie | + Du 20, Di 11 |
| • klimakterische Beschwerden | + Pc 6 |
| • Ödeme | + Ma 36 |
| • Schlaganfall | + Du 26, Pc 6 |
| • Schlaflosigkeit | + He 7 |
| • Wei- und Bi-Syndrom | + Bl 54, Ga 34 |

Hinweis

Mi 6 kann Wehen und starke Blutungen auslösen, daher ist er in der Schwangerschaft und während der Menses verboten!

Bi-Syndrom

Das Bi-Syndrom ist eine Behinderung des Qi-Flusses in den Leitbahnen durch Eindringen von Wind, Kälte oder Nässe. Hierdurch entstehen umherziehende Schmerzen, Taubheitsgefühle und Schwellungen. Bei älteren Menschen kann die Ursache auch Qi- und Blutmangel sein. Die westliche Medizin ordnet diese Beschwerden den rheumatischen Erkrankungen zu.

Wei-Syndrom

Das Wei-Syndrom bezieht sich auf Muskelatrophie oder Schlaffheit der Glieder mit Beeinträchtigung der Bewegung.

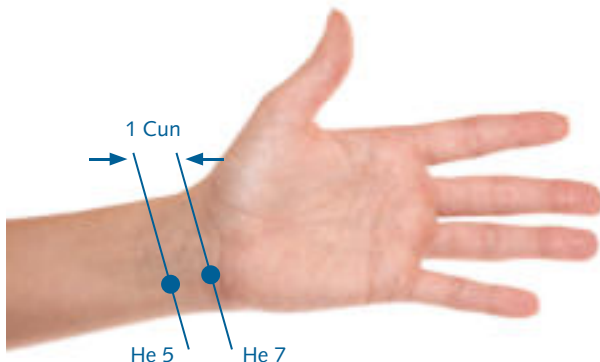
Wei bedeutet im Chinesischen „Schlaffheit“.

10 mittlerer und unterer Erwärmer

He 5 → Tong Li, freie Verbindung mit dem Inneren

Lokalisation

auf der Kleinfingerseite der Arminnenseite,
1 Cun proximal der Handgelenksfalte über der Arteria ulnaris,



Eigenschaften

- Luo-Punkt zur Dünndarmleitbahn
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

H 5 ist ein psychisch sehr wirkungsvoller Punkt. Er beruhigt den Geist und stärkt das Herz-Qi.

Er entspannt Muskeln und Sehnen, belebt die Nebengefäße, wandelt Wind-Schleim um und klärt Herz-Feuer.

Indikationen

- Kopfschmerzen
- Sehstörungen, verschwommenes Sehen, Augenschmerzen
- steife Zunge mit Sprachschwierigkeiten, plötzliche Stummheit, trockene Kehle, Tonsillitis
- Palpitationen, Unruhe im Herzen mit Hitze

- funktionelle Uterusblutungen, starke Menstruation
- Schmerzen in Fingern und Handgelenken
- Hysterie, Demenz

Kombinationen

- | | |
|--|--------------|
| • Demenz | + He 7, Le 3 |
| • Herzschlag unregelmäßig, Palpitationen | + Pc 6 |
| • Menstruationsblutung stark | + Le 3, Mi 6 |
| • Sprachlosigkeit mit Schwäche | + Ni 3 |

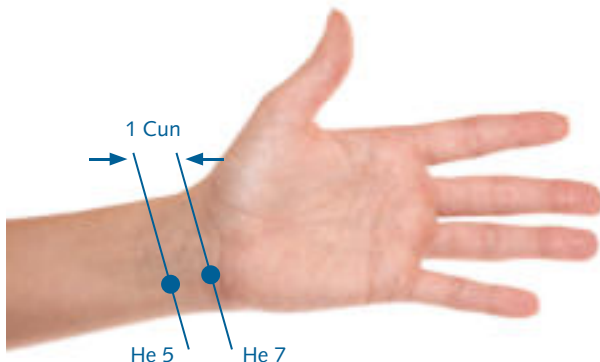
Hinweis

Der wichtigste Punkt, wenn das Herz-Qi durch Schreck oder Schock verletzt wurde und der Mensch daher nicht in der Lage ist, sich über die Sprache zu äußern.

He 7 → Shen Men, Tor des Geistes Shen

Lokalisation

In einer Mulde am ulnaren Ende der Handgelenksfalte, vor dem Erbsenbein, radial der Sehne des M. flexor carpi ulnaris.



Eigenschaften

- Yuan-Quell-Punkt
- Shu-Bach-Punkt
- Erde-Punkt
- Kind-Sedierungspunkt

Wirkrichtung

- für alle psychiatrischen Zustände, beruhigt das Herz und den Geist
- klärt Herzfeuer, reguliert gegenläufiges Qi
- entfernt Blockaden aus dem Leitbahnsystem

Indikationen

- Kopfschmerz, Schwindel
- Fieber, Halsschmerzen, Stimmlosigkeit, Husten
- Erbrechen von Blut
- Krämpfe und Schmerzen im Arm

- psychiatrische Indikationen wie z.B. Epilepsie, Demenz, Hysterie, Neurosen, Unruhe, Schlaflosigkeit, Vergesslichkeit

Kombinationen

- Angina pectoris + Pc 6
- Erschöpfung, psychische + Du 20, Mi 6
- Herzrhythmusstörungen + Pc 6, Ga 34
- Hysterie, Schlaflosigkeit + Pc 6, Yin Tang¹¹, Ma 36

Hinweis

H 7 Shenmen ist einer der wichtigsten Punkte bei psychischen Störungen.

Er behandelt alle Persönlichkeitsstörungen, reguliert sexuelle Störungen mit psychischem Hintergrund, Schlaflosigkeit durch Gedankenflut, Stumpfsinn und Antriebslosigkeit sowie emotionale Leere.

11 Yin Tang = Siegelhalle (Extrapunkt) an der Nasenwurzel, das 3. Auge

Dü 3 → Hou Xi, Hinteres kleines Tal

Lokalisation

an der Handkante entsteht beim Faustschluss ein charakteristischer Handfaltenrand, Stich volar am Knochen vorbei



Eigenschaften

- Shu-Bach-Punkt
- Holz-Punkt
- Einschaltpunkt des Du Mai
- Mutter-Tonisierungs-Punkt

Wirkrichtung

- harmonisiert den Geist Shen und die Emotionen
- zerstreut innere Hitze
- öffnet das Lenkergefäß Du Mai
- entspannt Muskeln und Sehnen

Indikationen

- Kopfschmerzen mit Muskelversteifung
- Ohrgeräusche und Taubheit, Nasenbluten
- Nachtschweiß

- Schmerzen in Schulter und Nacken
- Epilepsie, manisch-depressive Geisteskrankheit

Kombinationen

- Kopfschmerz, steifer Nacken,
Nackenschmerz, Rückenschmerzen + Bl 60
- Schwindel + Du 20, Tai Yang¹²

Hinweis

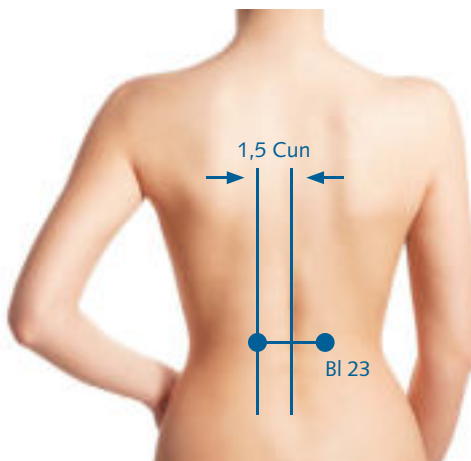
Dü 3 ist hilfreich bei akuter Lumbalgie und bei Augenkrankheiten, er erfrischt den Geist bei Müdigkeit und Depression, er beherrscht die gesamte Yang-Energie des Körpers.

12 Tai Yang = Sonne (Extrapunkt) auf der Schläfe, Mitte zwischen Augenbrauenende und äußerem Augenwinkel, ca. 1 Cun posterior in einer kleinen Mulde

BI 23 → Shen Shu, Zustimmungspunkt der Niere

Lokalisation

an der unteren Grenze des 2. Lendenwirbels,
1,5 Cun lateral der Mittellinie, er liegt auf gleicher Höhe wie der Nabel.



Eigenschaften

- Shu-Zustimmungspunkt der Niere

Wirkrichtung

- stärkt das Nieren-Qi und den unteren Rücken
- verbessert die Funktion von Augen und Ohren
- Nährt das Yin und das Yang, stabilisiert das Jing
- kräftigt Gehirn und Mark und verbessert die Gehirnfunktion
- wirkt beruhigend auf den Uterus

Indikationen

- Augenflimmern und Nachtblindheit
- Schwindel, Taubheit, Tinnitus, schwache Nerven
- Rückenschmerzen im Lumbalbereich, Knieschwäche
- nächtlicher Samenerguss und Impotenz, Menstruationsprobleme, Ausfluss, Ödeme, wässrige Durchfälle, Nierensteine
- Anämie¹³, Haarausfall

Kombinationen

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| • Blasenentzündung | + Mi 6 |
| • Impotenz, Samenerguss nachts | + Mi 6 |
| • Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit | + He 7 |
| • Nephritis | + Mi 6, Ni 3, Zi Gong ¹⁴ |
| • Ödeme | + Ni 3 |
| • Rückenschmerzen, unten | + Bl 40 (Wei Zhong) |

Hinweis

Bl 23 ist ein wichtiger Tonisierungspunkt bei schweren Nierenerkrankungen und bei allgemeiner Schwäche, er ist bei Nierenerkrankungen sehr druckempfindlich.

Bl 23 stabilisiert die Knochen bei Osteoporose, stärkt den Willen und mindert Ängste.

Bei Impotenz und sexueller Aversion, ungenügender Samenqualität, großer Müdigkeit nach Geschlechtsverkehr ist B 23 indiziert.

¹³ Die Niere erzeugt Erythropoetin, welches für die Blutbildung erforderlich ist.

¹⁴ Extrapunkt Zi Gong (Uterus): Auf dem Unterbauch, 3 Cun lateral Ren 3

BI 54 / 40 → Wei Zhong, Mitte der Beugung (chin. BI 40)

Lokalisation

in der Mitte der Kniegelenksfalte, zwischen den beiden Sehnen der ischiocruralen Muskulatur, wo ein Puls zu tasten ist.



Eigenschaften

- He-Meer-Punkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- Gao Wu Kommandopunkt für Rücken und Lumbalregion

Wirkrichtung

- öffnet die Leitbahnen, kühlt Blut und beseitigt pathogene Hitze
- entgiftet das System (Punkt mit Bluttestlanzette stechen und bluten lassen)
- stoppt Erbrechen und Durchfall, stärkt die Milz und reguliert den Magen
- entspannt Muskeln und Sehnen, stärkt den unteren Rücken und die Knie

Indikationen

- Zahnschmerzen, Halsschmerzen, Nasenbluten
- Lendenschmerzen, steife Wirbelsäule, Knie und Hüfte, Ischialgie
- Lähmungen in den Beinen, Apoplexie, Hemiplegie, Wadenkrämpfe
- Bauchschmerzen, Erbrechen, Durchfall, Enuresis, Dysurie, Mastitis
- entzündliche Hautausschläge
- Epilepsie, Hitzschlag, Hitzeerkrankungen ohne Schweiß

Kombinationen

- | | |
|--------------------------------------|---------------------|
| • Apoplex | + Pc 6, Du 26, Mi 6 |
| • Bauchschmerzen akut, Erbrechen, | + Lu 7 |
| • Hitzschlag | + Lu 7 |
| • Krämpfe an Unterschenkelaußenseite | + Bl 57, Le 3 |
| • Kreuzschmerzen | + Bl 23, Bl 57 |
| • Lähmungen der Beine | + Ga 34, Mi 6 |

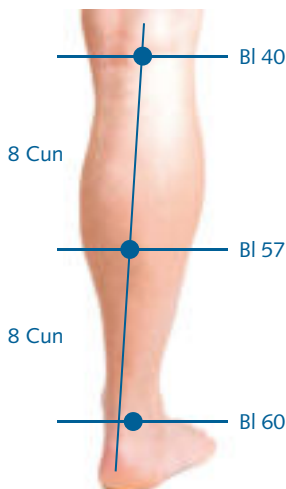
Hinweis

- Nach der chinesischen Nummerierung ist Wei Zhong der Punkt Bl 40.
- Ist der Schmerz kältebedingt, dann ist eine Moxabehandlung der Nadelung vorzuziehen.

Bl 57 → Cheng Shan, Säule des Fleisches

Lokalisation

Hälfte zwischen Ferse und Kniekehle, am Unterrand der Wadenmuskulatur, an der sich beim Anspannen ein $\triangle$ abzeichnet.



Eigenschaften

- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

- aktiviert die Blutzirkulation, löst Stauungen,
- reguliert den Darm und heilt Hämorrhoiden,
- entspannt Muskeln und Sehnen,
- unterstützt Wade und Ferse
- Wadenkrampf („Kulipunkt“)

Indikationen

- Krämpfe, Verstopfung und Spannung im Abdomen
- Schmerzen in der Wirbelsäule und in der Lendenregion, Ischialgie
- Lähmung der unteren Extremitäten
- Rektumprolaps, Hämorrhoiden

Kombinationen

- Hämorrhoiden + Er Bai¹⁵
- Schmerzen im unteren Rücken + Bl 23, Dü 3

Hinweis

B 57 ist ein sehr wichtiger Fernpunkt für die Behandlung von Hämorrhoiden.

¹⁵ Er Bai = Extrapunkt an Unterarm-Innenseite, 2 Cun proximal von Pc 6, beidseits der Sehne des Musc. flexor carpi radialis (speichenseitiger Handbeuger)

BI 60 → Kun Lun, Kun-Lun-Gebirge

Lokalisation

in der Mitte zwischen äußerem Knöchel und der Achillessehne



Eigenschaften

- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

- vertreibt Wind und öffnet die Leitbahnen
- entspannt Muskeln und Sehnen
- stärkt die Lendenregion
- klärt Hitze im Kopf und in den Augen
- kräftigt die Nieren und fördert die Geburt

Indikationen

- Kopfschmerzen, steife Muskeln im Nacken und Rücken
- Sehschwäche mit Schwindel, Nasenbluten
- Lendenschmerz, Knöchel und Wadenschmerz
- Druckgefühl in der Brust, Asthma
- Bauchschmerzen, Stuhlverhalten
- Menstruation schmerzhaft, Geburtshilfe
- Epilepsie hauptsächlich bei Kindern

Kombinationen

- Asthma + Ni 3, He 7
- Epilepsie + He 7, Du 26
- Fersenschmerzen + Ni 3
- Kopfschmerzen + Di 4, Dü 3

Hinweis

Der Punkt Bl 60 kann mit einer Nadel mit dem Punkt Ni 3, Tai Xi verbunden werden. Damit kann man gleichzeitig auch die Nierenleitbahn, also den Yin-Anteil stärken.

Geburtshilfe

Bei Placentarentention → auf Bl 60 Moxa anwenden

Zum Abbrechen unproduktiver Wehen → Nadel nur an Bl 60

Die Kombination Di 4 und Bl 60 verringert die Schmerzen bei der Geburt, beschleunigt den Geburtsvorgang und hilft der Placenta, sich abzulösen.

Wenn dieser Punkt bei einer Schwangeren stimuliert wird, dann kann dies die Geburt vorzeitig auslösen.

Ni 3 → Tai Xi, Größter Wildbach

Lokalisation

in der Mitte zwischen inneren Knöchel und der Achillessehne, direkt gegenüber von Bl 60, dort ist ein Puls zu tasten



Eigenschaften

- Yuan-Quell-Punkt
- Shu-Bach-Punkt
- Erde-Punkt
- einer der 9 Punkte zum Zurückholen des Yang

Wirkrichtung

- stärkt Nieren-Yang und Nieren-Qi, stabilisiert das Nieren-Jing
- nährt die Leber
- macht den Chong Mai und den Ren Mai durchgängig
- klärt Hitze in der Lunge und stoppt den Husten

Indikationen

- Taubheit, Tinnitus
- Halsschmerz, Bluthusten, Asthma
- Schmerzen und Lähmung der unteren Extremitäten

- alle Menstruationsbeschwerden, Hämorrhoiden, Verstopfung
- Samenerguss, Impotenz
- exzessive Träume, Gedächtnisverlust, Schlaflosigkeit

Kombinationen

- | | |
|------------------------------------|---------------|
| • Bluthusten | + Ma 36, Lu 7 |
| • Schlaflosigkeit | + He 7, Mi 6 |
| • Schmerzen Rücken und Wirbelsäule | + Du 26, Dü 3 |
| • Schwindel durch Bluthochdruck | + Le 3 |
| • Stuhlgang schwer | + Bl 57 |

Hinweis

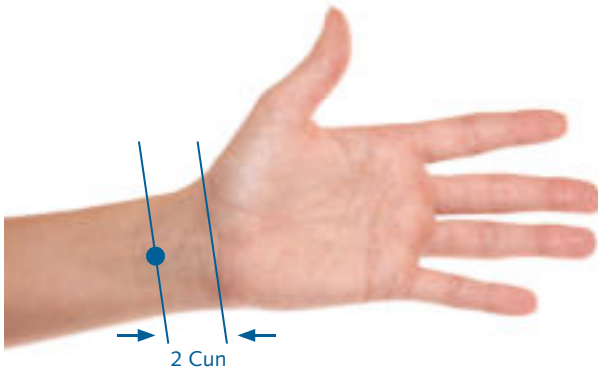
Der Puls unter dem Punkt Ni 3 hat nach dem Su Wen¹⁶ eine prognostische Bedeutung. Ist dieser Puls im Krankheitsfall gut zu fühlen, dann kann der Patient geheilt werden.

¹⁶ Der Su Wen ist ein grundlegendes Buch der traditionellen chinesischen Medizin. Es wird dem Kaiser Huang Ti zugeschrieben.

Pc 6 → Nei Guan, innere Schranke

Lokalisation

auf der Innenseite des Unterarms, 2 Cun oberhalb der Handgelenksfalte, zwischen den beiden Unterarmsehnen



Eigenschaften

- Luo-Punkt zur San-Jiao-Leitbahn
- einer der 8 Schlüsselpunkte (Konfluenzpunkte), der mit dem Yin Wei Mai kommuniziert
- Gao Wu Kommandopunkt für den Thorax und die laterale Rippenregion
- wichtiger Erste-Hilfe-Punkt

Wirkrichtung

- Ernüchtert, wenn der Patient sich wie benebelt fühlt
- beseitigt Unruhe und beruhigt das Herz
- entspannt die Brust und stoppt Übelkeit und Erbrechen
- allgemein schmerzstillend

Indikationen

- Herzklopfen, Herzschmerzen, Herzrhythmusstörungen, Angina pectoris, Tachycardie, Intercostalneuralgie
- Erbrechen, Aufstoßen, Magenschmerzen, Menstruationsstörungen
- Depression, Melancholie, Schlaflosigkeit, Amnesie, Manie, Epilepsie,
- Flugangst

Kombinationen

- | | |
|----------------------------------|----------------------|
| • Apoplexie mit Bewusstlosigkeit | + Du 26 |
| • Aufstoßen | + Ma 36, Mi 6, Ma 44 |
| • Bauchschmerzen mit Übelkeit | + Ma 36 |
| • Herzschmerzen | + Ma 36, Mi 6 |
| • Magenschmerzen | + Ma 36 |
| • Schlaflosigkeit | + Ma 36, Mi 6 |
| • Schluckauf | + Ma 36 |
| • Übelkeit und Erbrechen | + Ga 34 |
| • Völlegefühl | + Le 3, Ma 36 |

Hinweis

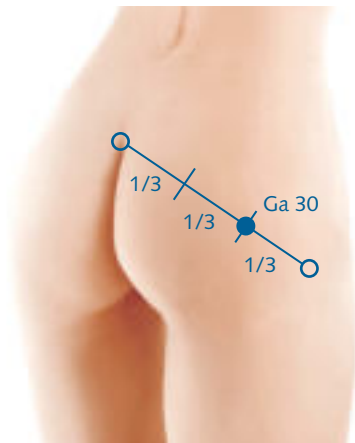
Pc 6 öffnet den Weg für zurückgehaltene Gefühle.

Er ist immer von Nutzen, wenn Kummer, Eifersucht, Trauer und Kränkungen den Menschen verletzt und verhärtet haben. Nei Guan kann Verhärtungen auflösen und so den Menschen zur Lebensfreude zurückführen. Kann starkes Weinen auslösen.

Ga 30 → Huan Tiao, Überspringen des Gürtels

Lokalisation

von Steißbein bis höchsten Punkt des Trochanters eine Linie ziehen, diese Strecke dritteln, Ga 30 liegt auf dem Gesäß in der Nähe des Trochanters



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt von Blasen- und Gallenblasenleitbahn
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- einer der 9 Punkte, die das Yang zurückbringen

Wirkrichtung

- stützt die Leber und kräftigt die Nieren, stärkt die Lendenregion
- vertreibt Wind und Nässe, entspannt die Sehnen und macht die Leitbahnen durchgängig

Indikationen

- Bi-Syndrom (siehe Seite 23) durch Wind, Nässe, Kälte
- Hüft- und Lendenschmerzen, Ischialgie
- Halbseitenlähmung beim Schlaganfall
- Coxarthrose, Hüftgelenksentzündung

Kombinationen

- | | |
|------------------------------------|-----------------------|
| • Hüftgelenksentzündung | + Bl 60, Ga 34, Le 3 |
| • Ischialgie | + Bl 40, Bl 57, Ga 34 |
| • Lähmung der unteren Extremitäten | + Bl 40, Mi 6, Ga 34 |
| • Lendenschmerzen | + Bl 40 |

Hinweis

in Richtung der Genitalien ca. 2–3 Cun tief stechen und kräftig manipulieren, der Punkt soll bluten.

Ga 34 → Yang Ling Quan, Quelle am Yang-Hügel

Lokalisation

1 Cun vor und unterhalb des Wadenbeinköpfchens in einem Grübchen



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt der Muskeln und Sehnen
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt
- He-Meer-Punkt der Gallenblasenleitbahn
- Erde-Punkt der Gallenblasenleitbahn

Wirkrichtung

- beruhigt das Leber-Qi, entspannt und ernährt Sehnen und Muskeln
- beseitigt Nässe aus den Gelenken und ist schmerzstillend
- einflussreicher Punkt für die Sehnen, Ischias, Wadenkrämpfe

Indikationen

- Störungen der Funktion von Muskel, Sehnen und Bändern
- Krämpfe, zur Nachbehandlung des Schlaganfalls
- Schmerzen im Schultergelenk, Intercostalneuralgie, Hemiplegie

- Flüssigkeitshaushalt, Verstopfung, Ödeme, unwillkürlicher Harnabgang
- Gallenblasenerkrankung, beseitigt Leber-Qi-Stau, Übelkeit und Erbrechen
- Erschöpfung, psychische Störungen, Angst, ständiges Seufzen

Kombinationen

- | | |
|--------------------------------------|---------------------|
| • Gallenblasenentzündung | + Pc 6, Le 3 |
| • Halbseitenlähmung, Taubheitsgefühl | + Ma 36, Mi 6 |
| • Ischialgie | + Ga 30, Bl 40 |
| • Krämpfe bei Kindern | + Di 4, Di 11, Le 3 |

Hinweis

Fördert den Muskelaufbau und gibt den Muskeln Kraft, also ein Punkt zum legalen Doping im Sport.

Verbessert die Koordination beim Gehen und das Gleichgewicht beim Stehen.

Bei lateralen Kniegelenksschmerzen kann von Ga 34 zu Ma 36 durchgestochen werden.

Le 3 → Tai Chong, Äußerster Ansturm

Lokalisation

zwischen dem 1. und 2. Mittelfußknochen, 2 Cun proximal der Interdigitalfalte



Eigenschaften

- Yuan-Quell-Punkt
- Erde-Punkt
- Shu-Strom-Punkt
- Ma Dan Yang Himmelsstern-Punkt

Wirkrichtung

klärt Leber-Feuer und verbessert den Qi-Fluss, beseitigt Feuchtigkeit und Hitze, beruhigt den Geist, tonisiert Leber-Blut und Leber-Yin, senkt Leber-Yang ab, entspannt Muskeln und Sehnen.

Indikationen

- Kopfschmerzen, Migräne, Schwindel, Schlaflosigkeit
- schlechtes Sehen, Rötung und Schwellung der Augen, Facialisparesie

- Schmerzen und Spasmen im Hypochondrium und im Unterbauch
- Uterusblutung, Harnverhalten, Verstopfung

Kombinationen

- Bluthochdruck + Di 11, Pc 6, Ma 36
- manisch-depressive Psychosen, Epilepsie + Du 20, Du 26, Di 4
- Scheitelpkopfschmerz + Du 20
- Schlaflosigkeit, Reizbarkeit + Di 4
- Schwindel + Ma 36, Mi 6, Du 20
- Uterusblutungen + Mi 6

Hinweis

Le 3 ist der wirkungsvollste Punkt, um alle mit der Leber verbundenen Störungen zu heilen.

Alle Augenkrankheiten wie z. B. trockene oder juckend Augen, Glaukom, beginnender Katarakt werden positiv beeinflusst.

Herpes labialis, Herpes genitalis sowie Schmerzen beim Geschlechtsverkehr wegen trockener Scheide werden ebenfalls gebessert.

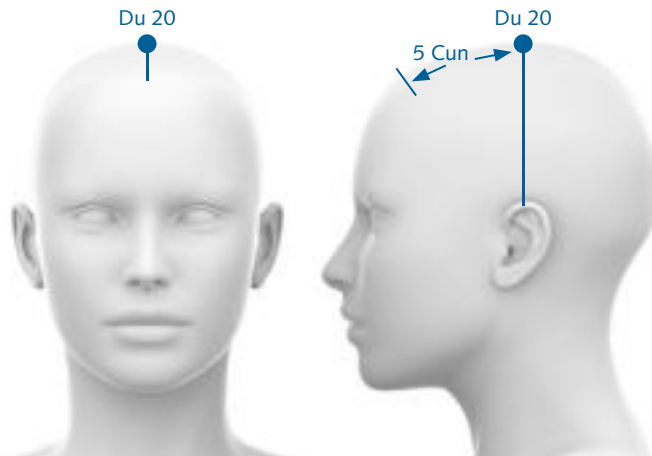
Die 4 Schranken (siehe auch Seite 75)

Jede Behandlung einer psychischen Erkrankung (auch Neurosen, emotionale Anspannung) sowie beruflicher Stress, unterdrückter Ärger oder Kummer sollte mit Di 4 und Le 3 beginnen.

Du 20 → Bai Hui, Hundert Versammlungen

Lokalisation

auf dem Kopf am Mittelpunkt der Verbindungslinie der beiden Ohrspitzen, Die Verbindungslinie zwischen dem vorderen und dem hinteren Haaransatz beträgt 12 Cun, Bai Hui ist 5 Cun vom vorderen Haaransatz entfernt.



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt des Du-Mai mit den 6 Yangleitbahnen und mit der Leberleitbahn
- Oberer Shu-Einfluss-Punkt für das Meer des Marks
- Austrittspunkt der ursprünglichen Geistes Yuan Shen im Zustand der Erleuchtung

Wirkrichtung

klärt pathogene Hitze, öffnet die Sinne, stärkt das Gehirn und beruhigt den Geist Shen, wiederbelebt das Yang, glättet das Qi der Leber und zerstreut pathogenen Wind

Indikationen

- Kopfschmerzen, Schwindel, Herzklopfen
- unklares Sehen, verstopfte Nase
- Ohnmacht und Nackensteife, Trismus¹⁷, Tinnitus, Taubheit
- Darm-, Uterus-, Vaginalprolaps, Uterusblutung
- Geisteskrankheiten, Schlaflosigkeit, Sprachverlust nach einem Schlaganfall, Gedächtnisverlust

Kombinationen

- | | |
|---------------------------|--|
| • Analprolaps | + Bl 57, Mi 6 |
| • Gedächtnisschwäche | + He 7, Ma 36 |
| • Inkontinenz | + Ni 3 |
| • Kopfschmerzen aller Art | + Di 4, 11, Yin Tang ¹⁸ ,
Tai Yang ¹⁹ |
| • Magensenkung | + Mi 6, Ma 36 |
| • Ohnmacht | + Pc 6, Du 26 |
| • Schlaflosigkeit | + He 7 |
| • Schwindel, Benommenheit | + Le 3, Dü 3 |
| • Uterusprolaps | + Mi 6, Le 3, Ni 3, Ma 36, |

Hinweis

Wirkungsvoll vor Prüfungen, um den Geist (und die Angst) zu beruhigen (+ He 5, um die Zunge zu lösen in der mündl. Prüfung).

Um beim Vorfall von Scheide oder Darm das Yang zu heben, ist Moxa erforderlich.

17 Trismus = Kieferklemme, Mund lässt sich nicht öffnen

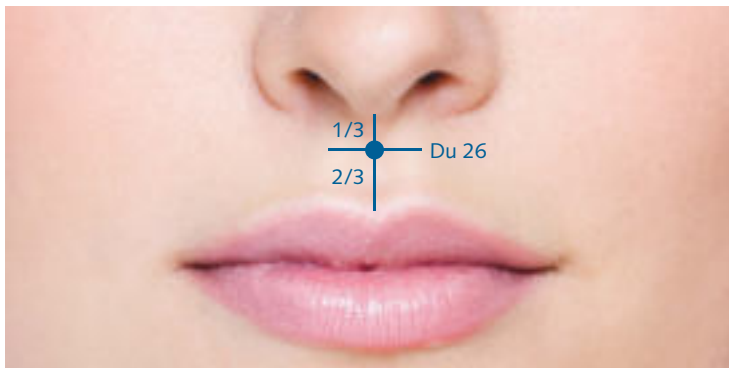
18 Yin Tang = Siegelhalle (Extrapunkt) an der Nasenwurzel, das 3. Auge

19 Tai Yang = Sonne (Extrapunkt) auf der Schläfe, Mitte zwischen Augenbrauenecke und äußerem Augenwinkel, ca. 1 Cun posterior in einer kleinen Mulde

Du 26 → Ren Zhong, Mitte des Menschen

Lokalisation

in der Nasenfurche, 1/3 von der Nasenscheide abwärts, fast parallel zum Nasenrücken ca. ½ Cun tief stechen



Eigenschaften

- Hui-Vereinigungspunkt des Du Mai mit der Dickdarm- und der Magenleitbahn
- der 1. der 13 Gui-Dämonen-Punkte des Sun Si Miao
- der 6. Gao-Wu-Kommandopunkt zur Wiederbelebung
- er wirkt wie ein Xi-Spaltpunkt für den Qi-Fluss im Du Mai

Wirkrichtung

- Wiederbelebung, neurologische Krankheiten, Schmerzen

Indikationen

- akute Lumbalgie, wenn der Schmerz an der Wirbelsäule sitzt und der Patient sich nicht vor- und zurückbeugen kann
- epileptischer Anfall, plötzliche Ohnmacht, Geisteskrankheiten

Kombinationen

- allergische Reaktion + Pc 6, Ni 3, Ma 36
- Bewusstlosigkeit + Pc 6, Di 4, Le 3, Shi Xuan²⁰
- Epileptischer Anfall + Di 4, Ga 34, Le 3, Shi Xuan²⁰
- Hitzschlag + Pc 6, Bl 40
- Hysterie
(Di 4 in Richtung Handfläche nadeln) + Di 4
- Krämpfe, zerebrale bedingt + Pc 6
- Rektumprolaps + Du 20, Bl 58
- Rückenschmerzen, Traumafolge + Bl 40 (Wei Zhong)
- schiefer Mund nach Schlaganfall + Ma 36, Di 4
- Sonnenstich + Ni 3, Bl 40, Shi Xuan²⁰
- Sprachstörungen + Ni 3, He 5

Hinweis

- Zur Wiederbelebung bei Nadelkollaps!
- Bei allergischem Schock kann dieser Punkt Leben retten.
- Du 26 kann einen epileptischen Anfall unterbrechen.
- Auch bei Zahnschmerzen im Oberkiefer und bei Herpes labialis sehr wertvoll.

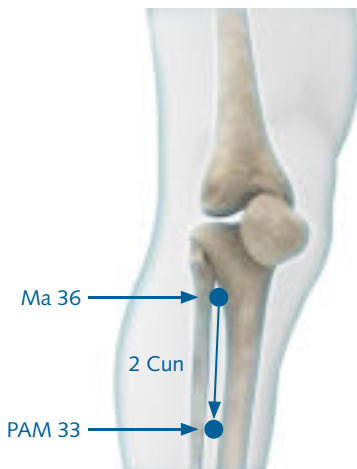
20 Shi Xuan = 10 Fingerspitzen (Extrapunkt)

PAM 33 → Lan Wei, Blinddarm

Lokalisation

etwa 2 Cun unterhalb von Ma 36,

Die genaue Lokalisation wird durch Palpation bestimmt. Man sucht den Punkt maximaler Druckschmerzempfindlichkeit auf.



Eigenschaften

Lan Wei ist einer der wenigen Punkte, die nur rechts existieren.

Wirkrichtung

aktiviert Qi und Blut und leitet Hitze und Feuertoxine aus dem Dickdarm.

Indikationen

- Verdauungsstörung, akute Appendizitis

Kombinationen

- akute Appendizitis

+ Ma 36, Di 11

Als „Notfall“ werden Zustände bezeichnet, bei denen eine lebensbedrohliche gesundheitliche Störung vorliegt. Ohne schnelle Hilfeleistung sind erhebliche Schäden oder der Tod des Patienten zu befürchten.

Diese Schrift kann und will keine Notfallausbildung ersetzen. Sich ständig auf dem Laufenden zu halten, ist eine persönliche Verpflichtung, der jedermann vor seinem Gewissen und vor dem Gesetz genügen muss. Die Basismaßnahmen der Ersten Hilfe werden als bekannt vorausgesetzt.

Der Notruf 112

Ist der Notfallort auf der Straße, dann ist die Notfallstelle unverzüglich ausreichend abzusichern. Bevor man mit irgendwelchen Maßnahmen beginnt, ist ein Notruf abzusetzen, wenn immer das möglich ist.

Die wichtigste Regel beim Notruf²¹ ist:

**Hänge das Telefon nie zuerst ein,
der Rettungsdienst könnte noch eine Frage haben.**

Wenn möglich stellt man einen Helfer an die Straße, damit er den Rettungsdienst einweist. Nachts sollte der Helfer eine gute Taschenlampe haben (oder ein Auto mit Warnblinkanlage), am Tag ein großes Tuch (Handtuch) zum Winken.

21 Die Notrufnummer 112 ist in Europa einheitlich eingeführt.

Die Zeit zwischen dem Notruf und der Ankunft des Rettungsdienstes kann abhängig von der Lage des Notfallortes zwischen 5 und 40 Minuten betragen. Diese Zeit sollten und können wir sinnvoll überbrücken.

Die nachstehende Einteilung der Notfälle ist nicht starr anzusehen, da viele Notfallsituationen in einander übergehen können. Zum Beispiel kann ein Herzinfarkt einen Kreislaufkollaps oder einen Schlaganfall (Apoplex, TIA) nach sich ziehen.

Allgemeine Notfallmaßnahmen

Die **psychische Betreuung** eines Notfallpatienten ist sehr wichtig. Beruhigendes Auftreten und Sicherheit im Handeln kann durch komplizierte Geräte nicht ersetzt werden.

Wichtig ist die richtige **Lagerung des Patienten**. Der Patient soll möglichst schmerzfrei sein und gut atmen können. Ob also die Lagerung richtig ist oder nicht, bestimmt der Patient und nicht das Lehrbuch oder irgend eine Leitlinie.

Als universell einsetzbares Medikament gehören die **Notfall-Tropfen** (Remedium Rescue, Bachblüten) in jede Hausbesuchs- oder Notfalltasche. Damit kann man nichts kaputt machen – man kann sie also immer geben. Bei Bedarf gibt man 5 Tropfen auf die Zunge. Die Gabe kann in 5 Minuten Abstand wiederholt werden.

Ein Stethoskop, ein Blutdruckmessgerät, ein Blutzuckermessgerät sind oft vorhanden und sollten dann natürlich auch benutzt werden. Die nachstehend beschriebenen Fälle lassen sich aber auch ohne diese technischen Hilfsmittel erkennen und vorübergehend versorgen, bis der Patient vom Rettungsdienst übernommen werden kann.

Unterzuckerung – diabetisches Koma

Erkennen

- Der Patient ist bekannter Diabetiker
- Der Patient nimmt gegen seinen Diabetes Tabletten
- Der Patient erlebte akut eine Belastungssituation
- Der Patient ist somnolent²² oder bereits bewusstlos
- möglicherweise riecht²³ er, wie wenn er betrunken wäre

Das diabetische Koma ist durch einen erhöhten Blutzuckerspiegel gekennzeichnet. Es ist natürlich eine ernstzunehmende Stoffwechselentgleisung, jedoch in der Regel nicht unmittelbar lebensbedrohlich.

Anders ist es mit der Unterzuckerung, der Hypoglycämie, da das Gehirn auf Glucose angewiesen ist. Auch bei einem Blutzuckergehalt (BZ) von 100 mg% können bereits Symptome einer Unterzuckerung auftreten, da dies von der BZ-Einstellung des Patient abhängt. Ab 50 mg% liegt jedoch in jedem Fall eine Unterzuckerung vor.

Maßnahmen

Wenn man den Blutzucker nicht messen kann, dann sollte man auf jeden Fall eine Zuckerlösung (z.B. ½ Liter Wasser mit 1–2 Esslöffel Zucker oder Honig) trinken lassen, falls der Patient ansprechbar ist.

Begründung

Das Gehirn braucht Glucose um zu überleben. Wenn der Patient gerade eine Unterzuckerung (Hypoglycämie) durchmacht, dann kann die Zuckerzufuhr sein Leben retten.

22 Somnolenz = Schläfrigkeit

23 Ein Diabetiker im Koma riecht nach Azeton (= Nagellack).

Hat er zu viel Zucker im Blut, dann wird natürlich durch die Zuckerzufuhr seine Stoffwechselsituation verschlechtert. Es ist jedoch im Prinzip egal, ob der Patient nun eine Blutglucose von 320 mg% oder von 360 mg% hat. Die Behandlung in der Klinik ist die gleiche.

Die weitere Akutbehandlung wird bei *Hypotonie – niedriger Blutdruck* beschrieben.

Stenocardie – Herzinfarkt

Herzinfarkt und Angina pectoris zeigen sich oft am Notfallort so ähnlich, dass man diese Zustände manchmal nicht sicher unterscheiden kann. Sicherheit bringt erst die Untersuchung im Krankenhaus mit den erweiterten technischen Möglichkeiten.

Erkennen

- Thoraxschmerz, der in die Zähne und / oder den linken Arm oft bis zum kleinen Finger hin ausstrahlt
- Enge oder Druckgefühl im Thorax
- Luftnot
- Unruhe, Angst, kalter Schweiß, Blässe, Zyanose, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen
- Blutdruck entweder zu hoch (über 180 mmHg) oder zu tief (unter 100 mmHg)
- Puls ist zu schnell (über 100) oder zu langsam (unter 40) oder unregelmäßig (Aussetzer, Extrasystolen)

Akupunktur

- **Pc 6 Nei Guan** wird bei Herz-Kreislauf-Problemen immer gestochen
- ist der Patient blass, dann wird **Di 4 He Gu** dazu gegeben
- ist er Patient rot und gestaut im Gesicht, dann wird **Ma 36 Zu San Li** dazu gegeben
- Ist der Patient bewusstlos, dann wird zuerst **Du 26 Ren Zhong** gestochen, dann kommt erst **Pc 6 Nei Guan**

Weitere Maßnahmen

Der Patient soll so gelagert werden, dass er möglichst schmerzfrei ist und ausreichend Luft bekommt.

- bei rotem Gesicht, sitzend
- bei blassem Gesicht liegend, Kopf tief
- bei Bewusstlosigkeit in stabiler Seitenlage

Notfalltropfen kann man immer geben. Wenn möglich, ist eine **Sauerstoffgabe** (ca. 4 Liter pro Minute) sehr wertvoll.

Hypotonie – niedriger Blutdruck

Wenn ein Patient über Schwindelgefühle klagt und dann ohnmächtig wird, dann denkt man zuerst an einen Blutdruckabfall, obwohl natürlich auch andere Ursachen dahinter stecken können. Sehr häufig liegt eine Unterzuckerung (Hypoglykämie) vor, besonders bei Diabetikern, die mit Tabletten behandelt werden.

Junge und sehr schlanke Menschen haben oft konstitutionell einen sehr niedrigen und instabilen Blutdruck.

Erkennen

- blasse Gesichtsfarbe
- kalter Schweiß
- kaum tastbarer, weicher, schneller, regelmäßiger Puls
- träge und verminderte Reaktion
- Ohnmacht bzw. Bewusstlosigkeit

Akupunktur

- ist der Patient blass und noch bei Bewusstsein, dann wird zunächst **Di 4 He Gu** gestochen, bei Bedarf noch **Pc 6 Nei Guan** dazu
- Ist der Patient bewusstlos, dann wird zuerst **Du 26 Ren Zhong** gestochen, dann erst kommt **Pc 6 Nei Guan**

Weitere Maßnahmen bei Bewusstlosigkeit

Patient soll möglichst flach gelagert werden, damit wieder Blut ins Gehirn kommt. Man kann auch zusätzlich die Beine und die Arme hoch heben, bis er das Bewusstsein wieder erlangt hat. Bei längerer Bewusstlosigkeit ist die stabile Seitenlage erforderlich, damit Erbrochenes oder Speichel nicht aspiriert werden.

Hypertonie – Bluthochdruck

Erkennen

- Die Gesichtsfarbe kann rot oder auch blass sein
- Der Puls ist hart und gespannt
- der Patient wirkt oft unruhig und ängstlich

Akupunktur

- Wenn der Patient keine Herzschmerzen hat und gut Luft bekommt, kann man **Di 4 He Gu** und **Le 3 Tai Chong** stechen. Le 3 Taichong sollte kräftig sediert werden.
- Hat der Patient Herzschmerzen und bekommt schlecht Luft, dann stechen wir **Pc 6 Nei Guan** und **Di 11 Qu Qi**.

Weitere Maßnahmen

Der Patient sollte möglichst sitzend gelagert werden.
Mit den Notfalltropfen kann man nichts falsch machen.

Wichtig

Bei älteren Menschen darf ein erhöhter Blutdruck nicht brüsk abgesenkt werden, da hierdurch eine Durchblutungsstörung des Gehirns mit Schlaganfallsymptomatik ausgelöst werden kann.

Den Erfordernisblutdruck ergibt folgende Faustformel:

$$\text{RR} = 100 + \text{Lebensalter}$$

Fragen Sie den Patienten, welchen Blutdruck er im Normalfall hat.

Schlaganfall (TIA²⁴)

Erkennen

- Kopfschmerzen, Erbrechen,
- Blutdruck zu hoch oder zu tief
- Verlust des Bewusstseins ist häufig
- das Krankheitsbild setzt meistens plötzlich ein

Es gibt 4 einfache Tests, um einen Schlaganfall zu erkennen.

- Bitte die Person, zu lächeln (sie wird es nicht schaffen).
- Bitte die Person, einen ganz einfachen Satz zu sprechen (zum Beispiel: „Es ist heute schönes Wetter“).
- Bitte die Person, beide Arme zu erheben (sie wird es nicht oder nur teilweise können).
- Bitte die Person, ihre Zunge heraus zu strecken.
Wenn die Zunge gekrümmt ist, sich von einer Seite zur anderen windet, ist das ebenfalls ein Zeichen eines Schlaganfalls.

Akupunktur

- Der wichtigste Punkt ist hier **Du 26 Ren Zhong**
- Dann folgen **Di 4 He Gu** und **Le 3 Tai Chong**

Weitere Maßnahmen

Wenn der Patient bewusstlos ist, dann muss er auf jeden Fall in die stabile Seitenlage gebracht werden.

Ist der Patient bei Bewusstsein, sehr **blass im Gesicht** und der Blutdruck nicht extrem hoch, dann sollte man ihn hinlegen. Hat der Patient einen **roten Kopf** und hohen Blutdruck, dann sollte er besser sitzen.

24 TIA = Transitorische Ischämische Attacke, vorübergehende Durchblutungsstörung des Gehirns

Asthmaanfall

Pathophysiologische Ursache ist

- eine erhöhte Reaktionsbereitschaft der Bronchialmuskulatur
- eine Verdickung der Bronchialschleimhaut durch ein Ödem
- eine Verstopfung der kleinen Bronchiolen durch zähes Sekret

Als **Auslöser** für einen Asthmanfall gibt es folgende Hauptfaktoren

- emotionale Störungen
- Überempfindlichkeit gegen irgendwelche Stoffe z. B. Parfüm
- Infektion der Atemwege

Erkennen

- Luftnot, Pfeifen und Giemen beim Ausatmen
- Engegefühl im Thorax
- Patient sitzt und stützt sich beim Atmen nach hinten ab
- die Erkrankung ist dem Patienten meistens bekannt
- der Auslöser (Infekt, Psyche, Allergie) ist oft bekannt

Akupunktur

- Zuerst **Pc 6 Nei Guan** und dann **Lu 7 Lie Que** stechen, dann **Ni 3 Tai Xi** stechen und manipulieren
- 2. Möglichkeit:
Bl 60 Kun Lun nach **Ni 3 Tai Xi** durchstechen und manipulieren,
für die psychische Komponente **H 7 Shen Men** dazu nehmen

Weitere Maßnahmen

Der Patient sollte sitzen und sich nach hinten abstützen können. Nur so kann er seine Atemhilfsmuskulatur wirkungsvoll einsetzen.

Sehr hilfreich ist es auch, wenn der Patient gegen die „Lippenbremse“ atmet. Beruhigung mit **Notfalltropfen** ist immer gut.

Vorsicht – keine Sauerstoffgabe ...

**wenn nicht die Möglichkeit der assistierten Beatmung gegeben ist.
Sauerstoff könnte einen Atemstillstand auslösen.**

Begründung

Beim gesunden Menschen wird die Atmung durch Sauerstoffmangel und durch Kohlendioxidüberschuss stimuliert. Da der Asthmapatient durch seine Krankheit meistens einen erhöhten Kohlendioxidgehalt im Blut hat, ist er an Kohlendioxidüberschuss gewöhnt. Somit bleibt ihm für die Triggerung seiner Atmung nur noch der „Sauerstoffmangel“.

Wenn nun der Sauerstoffmangel durch erhöhte Sauerstoffzufuhr von außen korrigiert wird, dann hat der Patient keinen Atemreiz mehr. Als Folge davon ist ein Atemstillstand möglich.

Starke Bauchschmerzen (akutes Abdomen)

In der Praxis treten folgende Zustände öfter auf:

- Nierenkolik
- Gallenkolik
- schmerzhafter Durchfall

Erkennen

- Allen diesen Ursachen sind starke Bauchschmerzen gemeinsam.
- Ob eine Nierenkolik oder eine Gallenkolik vorliegt, ergibt sich oft aus der Vorgeschichte
- Bei einer Frau im gebärfähigen Alter sollte man auch immer an eine **Eileiterschwangerschaft** denken (also immer nach der letzten Regelblutung fragen!)

Akupunktur

- zuerst **Di 4 He Gu** und dann **Le 3 Tai Chong** stechen
- liegt eine **Nierenkolik** vor sollte mit **Bl 60 Kun Lun** ergänzt werden
- liegt eine **Gallenkolik** vor sollte mit **Ga 34 Yang Ling Quan** ergänzt werden

Weitere Maßnahmen

Sitzende Lagerung mit Knierolle wird meistens als angenehm empfunden.

Notfalltropfen und beruhigendes Verhalten sind wichtig.

Panikattacke

Erkennen

- Herzrasen
- Atemstörung – Lufthunger, Hyperventilation
- Zittern, Weinen, unbegründete Todesangst
- großes Misstrauen gegen Ärzte
- Zustand hat sich schon öfter ereignet

Akupunktur

- **H 7 Shen Men** und **Bl 23 Shen Shu** vermindern die Angst
- **Pc 6 Nei Guan** und **Du 20 Bai Hui** beruhigen den Patienten

Weitere Maßnahmen

Der Patient sollte sitzen und darf nicht unbeobachtet bleiben, da man bei diesen Personen nie weiß, was als nächstes kommt.

Notfalltropfen sind hilfreich.

Falls durch **Hyperventilation** Parästhesien auftreten, ist das Rückatmen aus einer Plastiktüte wirksamer als jede Injektion. Der Patient soll, wenn möglich, die Tüte selbst halten, da er sonst zu ersticken glaubt.

Epileptischer Anfall – Krampfanfall

Die Patienten haben oft ihren persönlichen Anfallsauslöser, z. B. Schlafmangel, Stress, Flackerlicht, laute Geräusche. Es lohnt sich, wenn der Patient nach seinem Auslöser sucht. Viele Anfälle können dadurch vermieden werden.

Erkennen

- Epilepsie ist meistens bekannt
- Aura ist oft nur ein unangenehmes Gefühl im Bauch
- Patient verkrampft sich und stürzt zu Boden
- Patient kann nun zuckende Bewegungen ausführen
- Wenn der Anfall vorüber ist, dann ist der Patient erschöpft und neigt dazu, in einen tiefen Schlaf zu versinken

Akupunktur

- **Du 26 Ren Zhong** kräftig manipulieren. Wenn man Du 26 Ren Zhong in der Auraphase noch stechen kann, dann kann man den Anfall oft vermeiden.

Weitere Maßnahmen

Wichtig ist, dass man selbst während der Hilfeleistung nicht verletzt wird. Epileptiker während eines Anfalls geht man „vom Kopf her“ an. Damit vermeidet man lebensgefährliche Fußtritte.

Man steht am Kopf, packt den Patienten bei der Nase und sticht Du 26 Ren Zhong ca. 1 Cun tief (parallel zum Nasenrücken). Dann sollte die Nadel kräftig manipuliert werden.

Wenn der Patient um sich schlägt, sollte man den Patienten in Ruhe lassen und Tische und Stühle etc. nach Möglichkeit wegräumen oder mit Decken abpolstern.

Lumbago (Hexenschuss)

Erkennen

Jede Bewegung macht starke Schmerzen im unteren Rücken, der Patient kann sich nicht vor und zurück beugen

Akupunktur

- Du 26 Ren Zhong

Weitere Maßnahmen

Bei jeder Schmerzakupunktur ist es wichtig, dass die ursprünglich schmerzhafte Bewegung ausgeführt wird, während die Nadeln liegen und ggf. manipuliert werden. Das Schmerzgedächtnis wird damit gelöscht.

Nachdem der Patient sich wieder bewegen kann, kann man aktuell schmerzhafte Punkte (AShi-Punkte) am Rücken suchen, diese akupunktieren und die Nadeln intensiv manipulieren.

Abkürzungen für die Akupunktur-Leitbahnen

Abkürzung	Bedeutung	
Lu	Lunge	Yin
Di	Dickdarm	Yang
Ma	Magen	Yang
Mi / MP	Milz	Yin
He	Herz	Yin
Dü	Dünndarm	Yang
Bl	Blase	Yang
Ni	Niere	Yin
Pc / KS	Pericard, KS	Yin
SJ / 3E	San Jiao, 3E	Yang
Ga	Galle	Yang
Le	Leber	Yin
Du / LG	Lenkergefäß, Gouverneurgefäß	Yang
Ren / KG	Konzeptionsgefäß	Yin

Akupunktur bedeutet Ausgleich zwischen Yin und Yang. Daher enthält eine gute Akupunktur in der Regel Yin- und Yang-Punkte.

Zu viele Yangpunkte machen den Patienten unruhig, zu viele Yinpunkte ermüden den Patienten.

Schmerzen werden in der chinesischen Medizin als Qi-Stau am Schmerzort verstanden. Die Akupunktur will diesen Stau auflösen, indem sie das Qi in den Energieleitbahnen wieder zum fließen bringt.

Das Cun-Maß

Das Cun-Maß²⁵ ist in der TCM das allgemein übliche Maß, um Strecken am menschlichen Körper zu messen. Der Vorteil ist, dass es die Unterschiede zwischen den verschiedenen Menschen berücksichtigt.

Längenmasse wie z.B. Zentimeter oder Zoll sind ungeeignet, da sie „menschenunabhängig“ definiert wurden und somit nicht individuell sind.

Cun	Messstrecke
1	Daumenbreite
1,5	Breite von Zeige- und Mittelfinger
2	Zeigefingerspitze bis Mittelgelenk
3	Breite der Hand (4 Finger)
5	vom Schambeinrand bis zum Nabel
6	Abstand der Schulterblätter
8	vom Nabel bis zum Sternum-Unterrand
9	vordere Axillarlinie bis zur Ellenbeugenfalte
9	Hinterkopf, Abstand der beiden Warzenfortsätze
12	Abstand Ellenbeugenfalte und Handgelenksfalte

²⁵ Aussprache „zun“

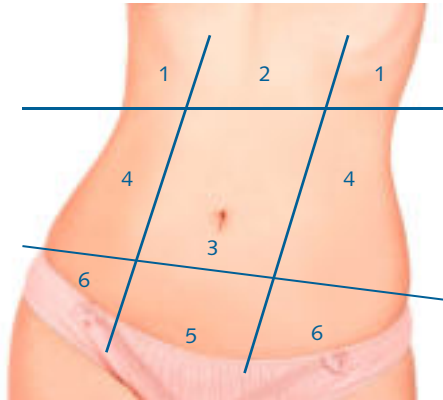
Zielgebiete von Akupunkturpunkten

Allgemein gilt:

Grundsätzlich wirkt jeder Punkt im Verlauf seiner Leitbahn mehr oder weniger schmerzstillend. Wirkungen außerhalb der Energieleitbahnen (Akupunkturmeridiane) können mit „inneren Leitbahnverläufen“ erklärt werden.

Zielgebiete	Punkte
Kopf und Nacken	Lu 7, Bl 60
Gesicht	Di 4, Ma 44
Mund und Zähne	Di 4, Ma 36, Ma 44
Ohr	Di 4
Auge	Di 4, Le 3
Nase	Di 4, Yin Tang
Thorax	Pc 6, Ma 36
Oberbauch	Ma 36, Mi 6
Mittelbauch	Ma 36, Mi 6
Unterbauch	Mi 6, Le 3
Rücken	Bl 60
Gynäkologie	Di 4, Le 3, Mi 6, Bl 60
Kälte, allgemein	Nabelmoxa mit Salz
Hitze, allgemein	Di 4, Di 11

Topografie des Bauches



- 1 Oberbauch = Hypochondrium
- 2 Oberbauch = Epigastrium
- 3 Mittelbauch = Nabelzone
- 4 Mittelbauch = Darmzone
- 5 Unterbauch = Schamgegend
- 6 Unterbauch = Leistengegend

Verbotene Punkte

Es gibt Punkte, die absolut verboten sind und solche, für die lediglich eine relatives Verbot besteht.

Absolut verboten sind:

- **Auge, Brustwarze, Penis, Klitoris usw.**
also Punkte, in die ein halbwegs vernünftiger Mensch auch ohne ausdrückliches Verbot nicht stechen würde.
- Der **Nabel** darf nicht gestochen, jedoch mit Salzionisation gemoxt werden.

Während der Schwangerschaft

sind Unterbauchpunkte und Punkte in der Lumbo-Sakral-Region sowie Di 4, Mi 6 und Bl 60 verboten.

Während der Menses

sollte **Mi 6** nicht gestochen werden.

Vorsichtig, flach zu stechen,

sind alle Punkte, die innere Organe oder die Pleurahöhle verletzen könnten. Hierzu gehört z.B. der Punkt **Lu 1 (Pleurahöhle)** oder **KG 2 (Harnblase)**. Besonders muss dies bei sehr mageren Personen beachtet werden.

Ma 9 → Ren Ying, Empfang menschlichen Seins

liegt direkt über der Arteria Carotis externa und damit über dem Carotis-Sinus-Knoten. An dieser Stelle könnte durch eine tiefe Akupunktur ein starker Vagusreiz ausgelöst werden, der im Extremfall einen Herzstillstand hervorrufen kann.

Aufbau einer guten Akupunktur

Grundregeln

Für eine gute und wirkungsvolle Akupunktur gibt es einige Grundregeln.

1. Versuchen Sie immer zu verstehen, warum es sinnvoll ist, gerade diesen Punkt zu stechen. Meistens ergibt sich die Antwort aus dem Meridianverlauf.
2. Verwenden Sie wenig Nadeln wie möglich. Der Patient wird es dir danken.
3. Akupunktur bedeutet Ausgleich, daher: Achten Sie bei jeder Nadelung auf einen möglichst vollständigen Ausgleich von Yin und Yang. Zu viele Yin-Punkte machen den Patienten müde, zu viele Yangpunkte machen ihn nervös und überaktiv.

Beispiel: Die 4 Schranken (Di 4 + Le 3)

Bei der Behandlung von Schmerzen und von psychischen Erregungszuständen kann oftmals mit einer relativ einfachen Nadeltechnik ein guter Erfolg erzielt werden. Eine einfache und sehr wirkungsvolle Technik ist die Methode der „vier Tore“ oder „vier Pforten“.

**Es werden beidseitig die Punkte
Di 4, He Gu und Le 3, Tai Chong gestochen.**

Diese Punktkombination wird das erste Mal ca. 250 nach Christus erwähnt. Es heißt in der „Ode der erleuchteten Mysterien“: „Bei Kälte und Hitze mit schmerzhafter Stauung öffne die vier Tore“.

Im weiteren Text wird ausgesagt, dass die Yuan-Quellpunkte der sechs Yang-Leitbahnen an den vier Toren hervortreten. Es ist ein grundlegendes Prinzip der Behandlung von schmerzhaften Stauungen, Yang-Leitbahnen in die Behandlung mit einzubeziehen.

Mit dieser Kombination kann man also Schmerzen, Spasmen und viele weitere Erkrankungen positiv beeinflussen.

Di 4, He Gu,

liegt in der oberen Körperhälfte (Hand), während Le 3, Tai Chong in der unteren Körperhälfte (Vorfuß) liegt. Er ist der Yuan-Quellpunkt des Hand-Yang-Ming (Yang). Die Yang-Ming-Schicht, ist „reich an Qi und Blut“.

Le 3, Tai Chong,

ist der Shu-Bach- und Yuan-Quell-Punkt der Leber-Leitbahn (Yin). Sie hat die Aufgabe, das Qi zu verteilen und für den „geschmeidigen und richtigen“ Fluss des Qi in allen Organsystemen zu sorgen.

Somit findet ein oben-unten und Yin-Yang-Ausgleich statt. Beide Punkte zusammen aktivieren Blut und Qi und sichern seinen ungestörten und freien Fluss durch den ganzen Körper.

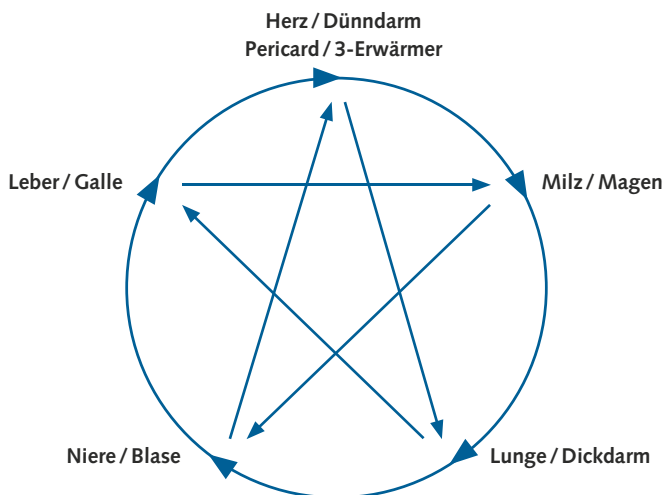
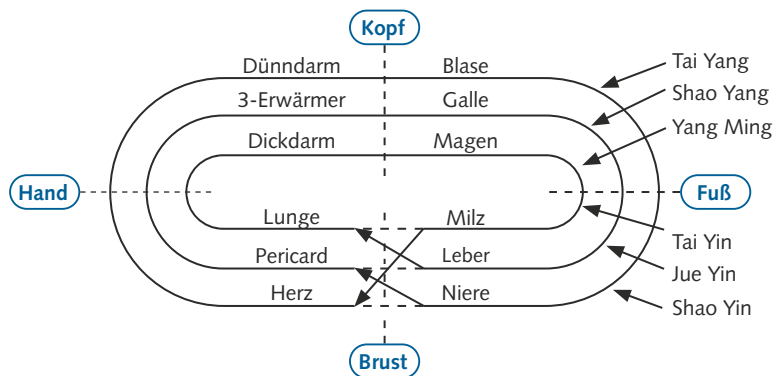
Nachdem jeder Schmerz als Qi-Stau im System interpretiert wird, ist es leicht verständlich, warum diese Kombination jede Arten von Schmerzen positiv beeinflusst und damit auch psychisch ausgleichend wirkt.

Nadeltechnik

Die heute üblichen Einmalnadeln sind aus chirurgischem Stahl. Die meistens verwendete Nadel ist 25 bis 30 mm lang und hat eine Durchmesser von 0,25 bis 0,3 mm.

Die Nadel muss sich beim Stechen gut führen lassen. Das ist nur bei einem Metall-Spiralgriff möglich. Außerdem darf sie das Gewebe beim Stechen nicht zerschneiden sondern sie soll es „sanft“ verdrängen. Die Spitze soll also eher „abgerundet“ als „messerscharf“ sein. Der Nadelenschaft soll im Stichkanal Reibung haben, eine Silikonbeschichtung ist daher nicht sinnvoll.

Organfunktionskreise



Die Shu-Mo-Technik ist für chronische Krankheiten geeignet

Alarmpunkt	Funktionskreis	Wirbelsegment	Zustimmungspunkt
Lu 1	Lunge	Th 2	B 13
KG 17	Pericard	Th 3	B 14
KG 14	Herz	Th 4	B 15
Le 14	Leber	Th 6 / 7	B 18
Ga 24	Galle	Th 7	B 19
Le 13	Milz	Th 8	B 20
KG 12	Magen	Th 8 / 9	B 21
KG 5	3-Erwärmer	Th 9	B 22
Ga 25	Niere	Th 10	B 23
Ma 25	Dickdarm	Th 11 / 12	B 25
KG 4	Dünndarm	L 1	B 27
KG 3	Blase	L 2	B 28

Die Xi-Punkte sticht man bei Stauungen im Meridian (akute Zustände und Schmerzen!)

Funktionskreis	Xi-Spaltpunkt	Name
Lunge	Lu 6	Kungzui
Dickdarm	Di 7	Wenliu
Magen	M 34	Liangqiu
Milz	MP 8	Diji
Herz	He 6	Yinxi
Dünndarm	Dü 6	Yanglao
Blase	Bl 63	Jinmen
Niere	Ni 5	Shuiquan
Kreislauf	KS 4	Ximen
Dreierwärmer	3E 7	Huizong
Galle	Ga 36	Waiqiu
Leber	Le 6	Zhongdu

Weiterführende Literatur

Die nachfolgend empfohlene Literatur hat jeweils unterschiedliche Schwerpunkte.

- **Maciocia, Die Grundlagen der Chinesischen Medizin** (Einblick in fundamentale Zusammenhänge der Traditionellen Chinesischen Medizin)
- **Deadman et al., Großes Handbuch der Akupunktur** (Genau Beschreibung der Lage und der Wirkung verschiedener Akupunkturpunkte sowie der Leitbahnverläufe)
- **Hipp, Tietz, Alternatives Notfall-Manual für Ärzte** (Ein ganzheitlicher Ansatz. Kompaktes Handbuch für den Bereich „Notfallmedizin“)
- **Winkelmann, Schröder, Praxisratgeber Erste Hilfe** (Inhalte nach BG-Information „Handbuch zur Ersten Hilfe“ (BGI 829))

App-Tipps für Smartphone und Tablet (Elsevier-Verlag):

- Notarzt-Leitfaden
- Innere Medizin
- Nachtdienst
- Allgemeinmedizin
- Homöopathie
- Akupunktur

Bildquellen

Fotolia

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| S. 9 – © ankdesign | S. 36 – © Christian Schwier |
| S. 11 – © Christian Schwier | S. 38 – © Christian Schwier |
| S. 13 – © donfiore | S. 40 – © Christian Schwier |
| S. 15 – © decade3d | S. 42 – © Styfouphoto |
| S. 17 – © nerthuz | S. 44 – © Axel Kock |
| S. 20 – © Christian Schwier | S. 46 – © Christian Schwier |
| S. 22 – © Christian Schwier | S. 48 – © decade3d |
| S. 24 – © Christian Schwier | S. 50 – © Valua Vitaly |
| S. 26 – © Christian Schwier | S. 52 – © nerthuz |
| S. 28 – © Tran-Photography | S. 53 – © vchalup |
| S. 30 – © hamara | S. 69 – © valentint |
| S. 32 – © goanovi | S. 70 – © Vadim Cebaniuc |
| S. 34 – © goanovi | S. 73 – © Vladitto |

Stichwortverzeichnis

A

akutes Abdomen	65
Amnesie	41
Anämie	31
Angina pectoris	27, 41, 59
Angst	45, 49, 59, 66
Antriebslosigkeit	27
Apoplex	33, 55
Appendizitis	52
AShi-Punkt	68
Asthma	36, 37, 38
Asthmaanfall	63
Aufmerksamkeitsstörungen	21
Aufstoßen	41
Augenflimmern	30
Augenkrankheiten	29, 47
Augenschmerzen	14, 24
Aura	67
Ausfluss	31

B

Bauchschmerzen	27, 29, 33, 36, 37, 41, 47, 67
Benommenheit	19, 49
Bewusstlosigkeit	41, 51, 59, 60
Bi-Syndrom	12, 23, 42
Blutdruck	58, 59, 60, 61, 62
Bluthochdruck	16, 18, 39, 47, 61
Bluthusten	38, 39
Blutungen	23

C

Computer	5, 12
Coxarthrose	43
Cun-Maß	71

D

Darmzone	73
Demenz	25, 27
Depression	29, 41

Doping	45
Druckgefühl im Thorax	59
Durchfall	14, 16, 18, 21, 23, 32, 33, 65
Dysurie	33

E

Eileiterschwangerschaft	65
Enuresis	33
Epigastrium	73
Epilepsie	27, 29, 33, 36, 37, 41, 47, 67
Epileptischer Anfall	51, 67
Erbrechen	16, 18, 26, 32, 33, 40, 41, 45, 59, 62
Erbrechen von Blut	26
Erfordernisblutdruck	61
Erschöpfung	27, 45
Extrasystolen	59

F

Facialisparese	14, 20, 46
Flugangst	41

G

Gallenblasenerkrankung	45
Gallenerkrankungen	18
Gallenkolik	65
Geburtshilfe	14, 36, 37
Gedächtnisverlust	39, 49
Geisteskrankheiten	18, 49, 50
Glaukom	47
Grippe	12

H

Haarausfall	31
Halbseitenlähmung	14, 16, 43, 45
Halsschmerzen	12, 21, 26, 33
Hämorrhoiden	34, 35, 39
Harnverhalten	47

Herpes genitalis	47	Leistengegend	73
Herzinfarkt	55, 59	Lendenschmerz.	36
Herzklopfen	41, 49	Lendenschmerzen.	33, 43
Herzrasen	66	Lufthunger	66
Herzrhythmusstörungen	27, 41	Luftnot.	59, 63
Herzschmerzen	41, 61	Lumbalgie.	29, 50
Hitzewallungen.	16	M	
Hitzschlag.	33, 51	Magenschmerzen	18, 41
Hüftgelenksentzündung	43	Manie.	41
Hypertonie	23, 61	Mastitis.	33
Hyperventilation.	66	Melancholie	41
Hypochondrium	47, 73	Menopause	12
Hypoglycämie.	57	Menstruation	16, 25, 36
Hypoglykämie	60	Menstruation schmerzhaft	36
Hysterie	25, 27, 51	Migräne	12, 46
I		Misstrauen	66
Impotenz	31, 39	Müdigkeit.	29, 31
Interostalneuralgie	41, 44	Mundwinkelrhagaden.	21
Ischialgie.	33, 35, 43, 45	Muskelaufbau.	45
K		N	
Katarakt	47	Nabelzone	73
Kniegelenksschmerzen	45	Nachtblindheit	30
Knieschwäche.	31	Nachtschweiß.	28
Kopfschmerzen.	11, 14, 19, 24, 28, 31, 36, 37, 46, 49, 62	Nackenschmerzen.	12
Krampfanfall.	67	Nasenbluten.	14, 21, 28, 33, 36
Krämpfe	26, 33, 35, 44, 45, 51	Nasenpolypen.	12
Kränkungen	41	Neurosen	27, 47
Kummer	41, 47	Nierenkolik	65
L		Nierensteine	31
Lagerung Asthmapatient	63	Notfallpatient	56
Lagerung Bauchschmerzen	65	Notfall-Tropfen.	56
Lagerung Epilepsie	67	Notruf 112	54
Lagerung Herzanfall	57	O	
Lagerung Hypertonie	61	Ödeme.	19, 23, 31, 45
Lagerung Hypotonie.	60	Ohnmacht	14, 19, 49, 50, 60
Lagerung psychischer Notfall	66	Ohrgeräusche.	28
Lagerung Schlaganfall.	62	Osteoporose.	31
Lähmung Beine.	34	P	
Lebensfreude	41	Palpitationen	24, 25
		Panikattacke.	66

Placentarention	37
Prüfungsangst	49
psychischen Krankheiten.	14
Puls	32, 38, 39, 59, 60, 61
Puls Aussetzer.	57
Puls hart.	61

R

Rektumprolaps	35, 51
Rückenschmerzen.	29, 31, 51

S

Schamgegend.	73
Schlaflosigkeit.	23, 27, 31, 39, 41, 46, 47, 49
Schlaganfall Test.	62
Schlaganfall (TIA)	62
Schmerzen in Fingern	25
Schmerzgedächtnis.	68
Schwangerschaft	14, 23, 74
Schweiß kalt.	60
Schwindel.	16, 19, 26, 29, 31, 36, 39, 46, 47, 49
Sehnenscheidenentzündung.	12
Sehenschwäche	36
Sehstörungen	24
Sonnenstich	51
Sprachstörungen.	51
Stimmlosigkeit	26
Störungen gynäkologisch	22
Stuhlverhalten	36
Stummheit	24

T

Tachycardie.	41
Taubheit.	16, 28, 31, 38, 49

Tennisellenbogen	16
Thorax Engegefühl.	63
Thoraxschmerz.	59
Tinnitus.	20, 31, 38, 49
Tonsillitis.	24
Tränenausbruch	12
Trauer.	41
Trigeminusneuralgie	20, 21

U

Unruhe.	21, 24, 27, 40, 59
Unterzuckerung	57, 60
Uterusblutung	47, 49

V

Vaginalprolaps	49
Verdauungsstörung	52
Vergesslichkeit	27
Verstopfung	19, 35, 39, 45, 47, 63

W

Wadenkrampf	34
Wadenkrämpfe.	33, 44
Wadenschmerz.	36
Wehen	23, 37
Wei-Syndrom	23
Wiederbelebung.	13, 50, 51

Z

Zahnfleischbluten	20
Zahnschmerzen	14, 19, 20, 21, 33, 51
Zyanose	59

Keine Neuerscheinung verpassen!

Der **ML-Verlag** führt ein umfangreiches Buchprogramm zu Themen der Naturheilkunde und komplementären Medizin. Heilpraktiker, naturheilkundlich tätige Ärzte sowie ganzheitlich tätige Therapeuten finden praxisnahes Hintergrundwissen sowie Lernbücher zu ganzheitlicher Diagnostik sowie Anwendung verschiedener Methoden.

Mit dem ML-Newsletter verpassen Sie keine Neuerscheinung und haben außerdem die Chance auf attraktive Buchgewinne.



Jetzt anmelden unter
naturheilkunde-kompakt.de/ml-newsletter



Siegfried Sulzenbacher ist seit 1976 Heilpraktiker in eigener Praxis. Seine langjährige Erfahrung mit der Akupunktur hat gezeigt, dass diese Methode gerade bei akuten Krankheitsbildern einfach anzuwenden und doch wirkungsvoll ist. In seiner Zeit als Rettungssanitäter konnte er zudem Praxis in der Notfallversorgung sammeln. In Vorträgen und Seminaren zum Thema „Traditionelle Chinesische Medizin“ konnte der Autor sein erprobtes Wissen über naturheilkundliche Therapien bereits an viele Seminarteilnehmer weitergeben.

Mit wenigen wirkungsvollen Punkten viel bewegen – das ist die Devise dieses Akupunktur-Büchleins. Wie man für Homöopathen „Taschenapotheken“ mit relativ wenigen Arzneimitteln zusammengestellt hat, kann man auch für die Akupunktur „Arbeits- und Praxispunkte“ benennen, mit denen sich viele Zustände erfolgreich behandeln lassen. Ein erfahrener Akupunkturist sagte einmal, dass man mit nur 10 Punkten ca. 95 % aller mit Akupunktur therapierbaren Krankheiten erfolgreich behandeln kann.

- Die 21 wichtigsten Punkte und ihre Lokalisation, die Wirkrichtung und dazu passende Indikationen – anwendbar in Akupunktur oder Akupressur
- Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Punkten bei bestimmten Zuständen
- Häufige Notfälle und ihre Behandlung mithilfe der Akupunktur
- Praktische Hinweise: Begriffserklärungen und Abkürzungen, das Cun-Maß, Zielgebiete von Akupunkturpunkten
- Umfangreiches Stichwortverzeichnis und Literaturtipps

Ein handliches Nachschlagewerk für unterwegs, das sich für akupunktur-erfahrene Heilpraktiker und Ärzte ebenso eignet, wie für manuelle Therapeuten und Einsteiger, die effiziente Akupressur anwenden wollen.