

# Inhaltsverzeichnis

---

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

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

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

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

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

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

**Anhänge A-G ..... 303**

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

**Stichwortverzeichnis ..... 319**