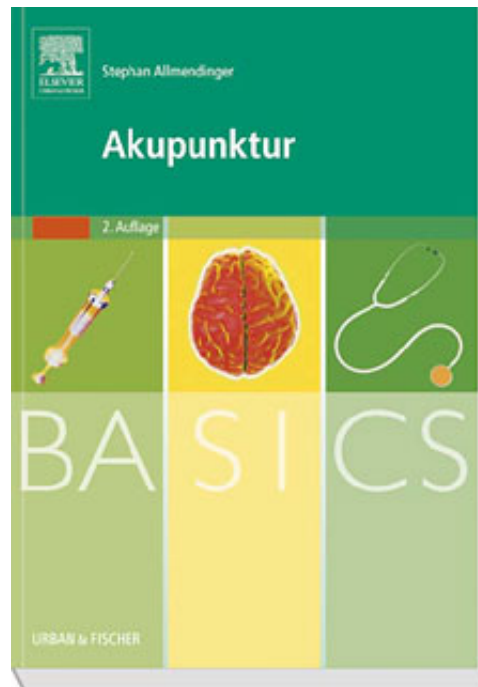


Stephan Allmendinger BASICS Akupunktur

Leseprobe

[BASICS Akupunktur](#)
von [Stephan Allmendinger](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b11443>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH
Blumenplatz 2
D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Fax +49 7626 9749 709
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen
und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



A Allgemeiner Teil	2–29	■ Ohrakupunktur II	54
Grundlagen allgemein	2–7	■ Weitere MAPS I	56
■ Einführung	2	■ Weitere MAPS II	58
■ Geschichte und Zusammenhänge	4	C Darstellung wichtiger Akupunkturpunkte	60–75
■ Wissenschaftliche Grundlagen	6	Die Lungenleitbahn/ Die Dickdarmleitbahn	
Grundlagen der TCM	8–13	■ Die Leitbahnen: Der 1. Umlauf I	62
■ Yin/Yang, Qi und die fünf Wandlungsphasen I	8	Die Magenleitbahn/Die Milzleitbahn	
■ Yin/Yang, Qi und die fünf Wandlungsphasen II	10	■ Die Leitbahnen: Der 1. Umlauf II	64
■ Das Syndrom	12	Die Herzleitbahn/ Die Dünndarmleitbahn	
Grundlagen der Akupunktur	14–21	■ Die Leitbahnen: Der 2. Umlauf I	66
■ Arbeitsweise und Techniken I	14	Die Blasenleitbahn/Die Nierenleitbahn	
■ Arbeitsweise und Techniken II	16	■ Die Leitbahnen: Der 2. Umlauf II	68
■ Systematik der Leitbahnen	18	Die Perikardleitbahn/ Die 3Erwärmer-Leitbahn	
■ Verschiedene Behandlungskonzepte	20	■ Die Leitbahnen: Der 3. Umlauf I	70
Diagnostik	22–29	Die Gallenblasenleitbahn/ Die Leberleitbahn	
■ Anamnese	22	■ Die Leitbahnen: der 3. Umlauf II	72
■ <i>Ba Gang</i> – die acht diagnostischen Leitkriterien	24	Das Lenkergefäß/ Das Konzeptionsgefäß	
■ Ursachen von Krankheit	26	■ Die Leitbahnen der Körpermitte	74
■ Puls- und Zungendiagnose	28	D Fallbeispiele	76–83
B Spezieller Teil	30–59	■ Fall 1: Kopfschmerz	78
Die fünf Wandlungsphasen	32–41	■ Fall 2: Rückenschmerz	80
■ Die Wandlungsphase Metall	32	■ Fall 3: Erkrankungen des Respirations- und Verdauungstrakts	82
■ Die Wandlungsphase Wasser	34	E Anhang	84–93
■ Die Wandlungsphase Holz	36	F Register	94–101
■ Die Wandlungsphase Feuer	38		
■ Die Wandlungsphase Erde	40		
Die Akupunkturbehandlung	42–47		
■ Rund um den Akupunkturpunkt	42		
■ Bewährte Behandlungsprinzipien I	44		
■ Bewährte Behandlungsprinzipien II	46		
Sonderformen der Akupunktur und verwandte Techniken	48–59		
■ Triggerpunktakupunktur	48		
■ MAPS: Mikro-Aku-Punkt-Systeme	50		
■ Ohrakupunktur I	52		

Vorwort zur 2. Auflage

VI | VII

Liebe Leserinnen und Leser,

die Rückmeldungen zur 1. Auflage haben gezeigt, dass es diesem BASICS gelungen ist, mit einfachen Worten in die nicht immer ganz so einfache Welt der Akupunktur einzuführen. Es ist aber mehr als nur ein Einsteiger-Buch: Auch dem „erfahrenen Praktiker“ kann das BASICS mit den vielzähligen Abbildungen und der Vereinigung aus klassischer und moderner Herangehensweise gute Dienste leisten. In der 2. Auflage haben wir diese Praxistauglichkeit noch verbessert, insbesondere der Anhang wurde mit wertvollen Übersichtsbildern und Zusammenfassungen optimiert.

Dank gebührt allen, die mit ihrem Feedback geholfen haben, dieses Buch zu verbessern und meinen Horizont zu weiten. Meiner Redak-

teurin Frau Dr. Schmidt sowie Frau Dr. Knies vom Elsevier-Verlag danke ich für die tolle Zusammenarbeit. Dank auch an meine Freunde und meine Familie: Ihr haltet mich, wenn ich zu fallen drohe und spornt mich an weiterzugehen, wenn ich träge werde. Möge das BASICS Akupunktur auch weiterhin vielen Lesern helfen, sich mit Offenheit und kritischem Blick dieser östlichen Medizin-kunst zu nähern. Mögen wir alle mit Mut, Heiterkeit und offenen Herzen den Herausforderungen begegnen, die auf uns warten!

Stephan Allmendinger, München im Dezember 2010

Vorwort zur 1. Auflage

Liebe Leserin, lieber Leser!

Die Aufgabe, ein BASICS über das Thema Akupunktur zu verfassen, hatte für mich einen besonderen Reiz - sah ich mich doch in den vergangenen Jahren als Leiter von Studentenkursen immer wieder mit den gleichen grundlegenden Fragen konfrontiert:

- > Wie bietet man interessierten Anfängern einen fundierten und gleichzeitig interessanten Einstieg in die Akupunktur?
- > Wie vermittelt man in verständlichen Worten und Bildern die Prinzipien und Denkweisen, die der Akupunktur zugrunde liegen und die für unseren westlich-medizinisch geprägten Blick oft schwer verdaulich erscheinen?
- > Welche Beispiele wählt man, um von Anfang an möglichst viel Praxisbezug herzustellen und zu zeigen, dass die Akupunktur ein sehr feines und gleichzeitig effektives Therapiewerkzeug darstellt?

Die Antworten auf diese Fragen sind - zusammen mit vielen weiteren Aspekten rund um die Akupunkturtherapie - in dieses Buch eingeflossen.

Während der letzten Jahre hatte ich das große Glück, vielen exzellenten Ärzten und Lehrern zu begegnen, die mich an ihrem Wissen in Seminaren, Kursen oder in persönlichen Gesprächen teilhaben ließen. In diesem Sinne ist das vorliegende Buch eine Synthese unterschiedlicher Lehr- und Herangehensweisen an das große Thema Akupunktur, und ich wünsche mir, dass es dazu beiträgt, mehr Klarheit zu schaffen über diese wundervolle Behandlungsform und ihre Rolle in der Medizin.

Ich bin überzeugt davon, dass die Akupunktur einen wichtigen Beitrag für unser Gesundheitswesen und dessen zukünftiges Selbstverständnis liefern kann. Nicht nur, weil sie eine wirksame Therapiemethode mit breitem Indikations- und schmalen Nebenwirkungsspektrum darstellt, sondern auch und vor allem weil sie den „Faktor Mensch“ wieder in den Mittelpunkt ärztlichen Handelns

rückt: Ein guter Arzt versteht und begleitet den Patienten auf Ebenen, die noch kein Elektronenmikroskop oder Computertomograph gesehen hat. Die Akupunktur, so wie ich sie kennenlernen durfte, weiß um diese Ebenen und macht sie therapeutisch nutzbar. Ebenso können die Zusammenhänge, die in der chinesischen Medizin über sehr lange Zeit beobachtet und systematisiert wurden, einen wichtigen Baustein liefern auf dem Weg zu einem umfassenderen Verständnis von Krankheits- und Heilungsprozessen. Und letztlich kann ein bisschen Weisheit in der heutigen turbulenten Zeit, in der sich Wissen und materielle Möglichkeiten explosionsartig vermehren, auch nicht schaden.

In tiefer Dankbarkeit verbeuge ich mich vor dem Leben und vor all meinen Lehrern. Sie haben mich geprägt, und ohne sie wäre dieses Buch nicht zustande gekommen. Im Besonderen richtet sich dieser Dank an Jochen Gleditsch, der zusammen mit seiner Frau Anneliese die Entstehung dieses Buches mit der gleichen einzigartigen Mischung aus Kompetenz, Geduld und Liebe begleitet hat, mit der er in den vergangenen Jahrzehnten unzählige Menschen für die Akupunktur begeisterte. Stellvertretend für alle meine Lehrer möchte ich Klaus Platsch, Nicolas Behrens und Meister Qingshan Liu für die Vision, die Präsenz und die Tiefe danken, die durch ihre Arbeit zum Ausdruck kommt und die mich immer wieder aufs Neue inspiriert. Den lieben Menschen im Elsevier-Verlag danke ich für die gute Zusammenarbeit bei der Realisierung dieses Buches, der DÄGfA für ihre wohlwollende Unterstützung dieser Arbeit im Speziellen und der Akupunktur im Allgemeinen. Zu guter Letzt möchte ich Anna Tu danken, deren liebevolle und kompetente Unterstützung dieses Buch mitgestaltet hat und die mir eine ständige Quelle der Freude ist. Ich wünsche viel Spaß beim Lesen - und beim Leben!

Stephan Allmendinger, München im Sommer 2007

Die Leitbahnen: Der 1. Umlauf I

Die Lungenleitbahn in der Behandlung

Steckbrief: Yin-Leitbahn (*Tai Yin* der Hand), 11 Punkte, Yang-Partner = Dickdarm, Achsenpartner = Milz, Abkürzung: Lu.

- **Beschwerden im Leitbahnverlauf:** Schmerzen von Brust, (ventraler) Schulter und Innenseite des gesamten Arms (inkl. Ellbogen); Beschwerden von Daumen und (volarem) Handgelenk
- Einfluss auf den **Funktionskreis Lunge/Dickdarm** durch die Leitbahnpunkte und den inneren Leitbahnverlauf
- Eine komplette Darstellung des Leitbahnverlaufs findet sich auf S. 32/33.

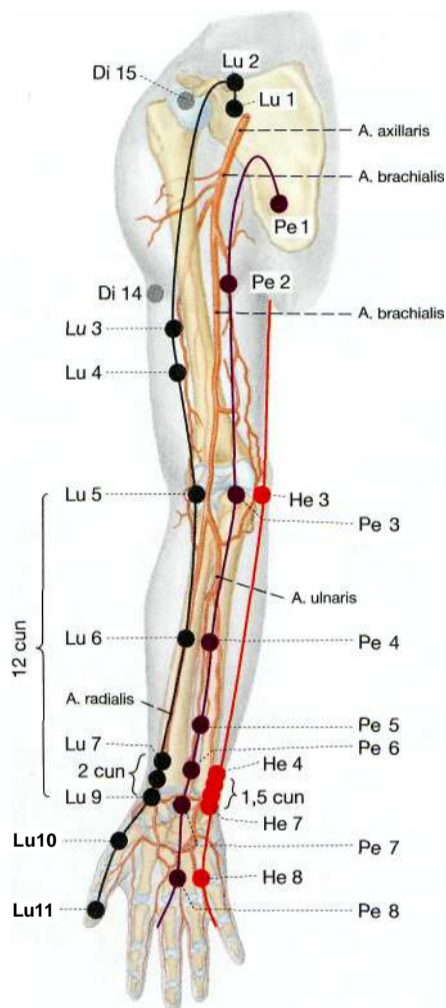


Abb. 1: Der gesamte Verlauf der Lu-LB anatomisch. [11]

Wichtige Punkte im Einzelnen

Lu1 und Lu2 für Lunge, Brust und Schulter

- Abb. 1; • Abb. 1 u. 2, S. 70
- Indikationen:** Erkrankungen des Respirationstrakts (z. B. Ventilationsstörungen, Asthma, Atemwegsinfekte), Schulter- und Thoraxschmerzen, Tonsillitis.
- Funktionen:** verteilen und senken das Lungen-Qi ab, beenden Husten, vertreiben Hitze und Schleim.
- Hinweis:** Triggerpunkte im M. pectoralis minor; Lu 1 ist Alarm-Mu-Punkt der Lunge.

Lu5 kühlt

- Abb. 1 u. 2; • Tab. 1; • Abb. 1 u. 2, S. 70
- Indikationen:** Schmerzen in Ellbogen und Arm, Husten, Hämoptysis, Hitze-Prozesse in Hals und Lunge (z. B. Tonsillitis, Bronchitis).
- Funktionen:** beseitigt Lungen-Hitze und Fülle-Zustände, senkt gegenläufiges Lungen-Qi ab, nährt das Lungen-Yin.
- Hinweis:** Lokalisation in der Ellenbeuge, radial der Bizepssehne.

Lu7 wirkt auf den Nacken

- Abb. 1 u. 2; • Tab. 1; • Abb. 1 u. 2, S. 70
- Indikationen:** wichtiger Fernpunkt für den gesamten Thoraxbereich! Handgelenksbeschwerden, Kopfschmerz, Nackensteifigkeit, Husten, Trauer.
- Funktionen:** reguliert das Lungen-Qi, fördert das Schwitzen, vertreibt pathogene Faktoren, stützt das Yin durch Aktivierung des KG.

Hinweis: Öffnungspunkt des Konzeptionsgefäßes (KG), Verbindungspunkt zur Dickdarm-LB (*Luo*-Punkt).

Lu9 als Meisterpunkt der Gefäße

- Abb. 1 u. 2; • Tab. 1; • Abb. 1 u. 2, S. 70; • Abb. 1, S. 66
- Indikationen:** Erkrankungen des Respirationstrakts, Gefäßerkrankungen (PAVK, M. Raynaud), Arrhythmien, Handgelenksaffektionen.
- Funktionen:** stärkt Lungen-Qi und Lungen-Yin (wichtigster Punkt), bekämpft Wind und Schleim, fördert Qi- und Blut-Zirkulation.
- Hinweis:** Quellpunkt der Lu-LB.

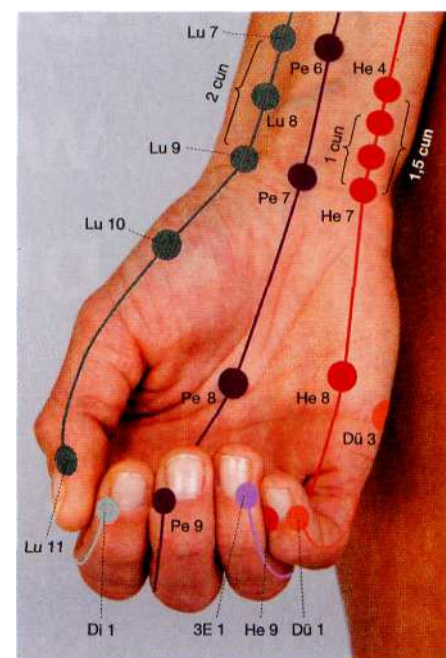


Abb. 2: Punkte der Handinnenseite inkl. Lu7 und Lu9. [11]

Kombination	Indikation und Erklärung
Lu5 + Di11	Yin/Yang-Kombination, beseitigen Hitze
Lu5 + Ni6	Bei Yin-Mangel
Lu7 + Lu9	Bei chronischem Husten, Kombination aus Quell- und Verbindungspunkt
Lu9 + Bl13	Bei chronischen Lungenbeschwerden (Quell- + <i>Shu</i> -Punkt)
Zusätzlich Ren 17	Reguliert den Qi-Fluss im Thorax, unterstützt bei Lungenproblemen
Zusätzlich He7	Bei emotionaler Mitbeteiligung (Trauer)

• Tab. 1: Punktkombinationen zur Wirkverstärkung.

Die Dickdarmleitbahn in der Behandlung

Steckbrief: Yang-Leitbahn (Yang Ming der Hand), 20 Punkte, Yin-Partner = Lunge, Achsenpartner = Magen, Abkürzung: Di.

- **Beschwerden im Leitbahnverlauf:** Schmerzen im Bereich von Hand (radial), Unterarm, Ellbogen (lateral), Oberarm und (frontaler) Schulter; Beschwerden von Hals, Kiefer, Gesicht und Nase
- Einfluss auf den **Funktionskreis Lunge/Dickdarm** durch die Leitbahnpunkte und den inneren Leitbahnverlauf
- Eine komplette Darstellung des Leitbahnverlaufs findet sich auf S. 32/33.

Hinweis: Die Dickdarmleitbahn spielt eine wichtige Rolle bei der Elimination pathogener Faktoren. Aus diesem Grund werden einige der unten aufgeführten Punkte mit ableitenden Nadeltechniken stimuliert.

Wichtige Punkte im Einzelnen

Di4 „Großer Öffner und Eliminator“

- Abb. 3, • Tab. 2
- Indikationen:** der wichtigste Punkt zur Beseitigung von Schmerzen! Akupunkturanalgesie, beginnende fieberhafte Erkältungskrankheiten, Affektionen im Kopfbereich (Entzündungen, Ekzeme, Allergien).
- Funktionen:** beseitigt pathogene Faktoren (v.a. Wind und Hitze), öffnet die Oberfläche, beruhigt den Shen, bewegt das Qi.
- Hinweis:** der am häufigsten benutzte Akupunkturpunkt! Quellpunkt (Yuan-Punkt), nicht in der Schwangerschaft nadeln (Ausnahme: zur Geburtserleichterung).

DM1 kühlt und hilft der Haut

- Abb. 4, • Tab. 2
- Indikationen:** Fieber, Entzündungen, Hauterkrankungen, Allergien, Schmerzen von Ellbogen, Oberarm und Schulter.

Kombination	Indikation und Erklärung
Di4 + Le3	„Die vier Tore“ - allgemeine energetische Dynamisierung
Di4 + Lu7	Bei akuter Erkältung mit Husten
Di4 + Ma44	Bei Gesichts- und Zahnschmerzen
Di4 + Di11 + Du14	Basiskombination bei Fieber
Di11 + Mi10	Basiskombination bei Allergien mit Juckreiz (Zeichen von Blut-Hitze)
Di14/Di15 + Ma38+Di4	Bei Schulter-Arm-Syndrom im Bereich der Di-LB (ventral)
Di 10 + Di20+Lu7+ Yin Tang*	Einfache Kombination bei Sinusitis

* Yin Tang ist ein sog. Extrapunkt (• Abb. 1, S. 71)

Tab. 2: Punktkombinationen zur Wirkungsverstärkung.

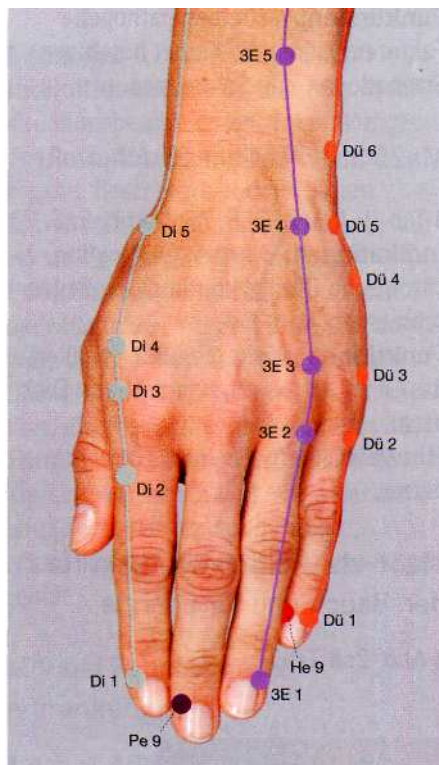


Abb. 3: Di4 und weitere Punkte des Handrückens. [11]

- Funktionen:** Beseitigt Hitze, kühlt das Blut, allgemeine homöostatische und immunmodulierende Wirkung.
- Hinweis:** Der Bereich zwischen Di9 und Di11 gilt als „Immunzone“: Bei entsprechenden Krankheitsbildern hier Verdichtungen im Bindegewebe (Gegerung).

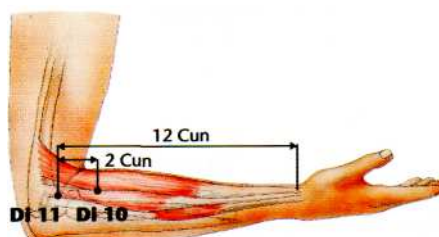


Abb. 4: Di10 und DM 1 am Unterarm. [©DÄG/A.2; 19]

losen) ertasten und diese dann nadeln! Oberflächliche Reizung des Areals um Di9 (• Abb. 2b, S. 32/33) mindert oder beseitigt akute Halsschmerzen (Tonsillitis, Pharyngitis acuta).

Di20 befreit die Nase

- Abb. 5; • Tab. 2; • Abb. 4, S. 71
- Indikationen:** verstopfte oder rinnende Nase, Sinusitis, Gesichtsschmerz, Allergien, Fazialisparese.
- Funktionen:** befreit die Nase, beseitigt äußeren Wind, kühlt Wind-Hitze.
- Hinweis:** Die Di-LB ist die einzige Leitbahn, die auf die kontralaterale Körperseite „kreuzt“: Sie überquert die Mittellinie zwischen Di 19 Di20.

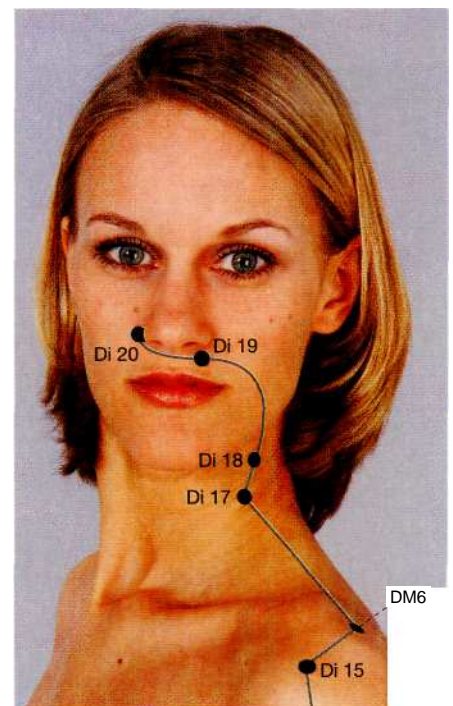
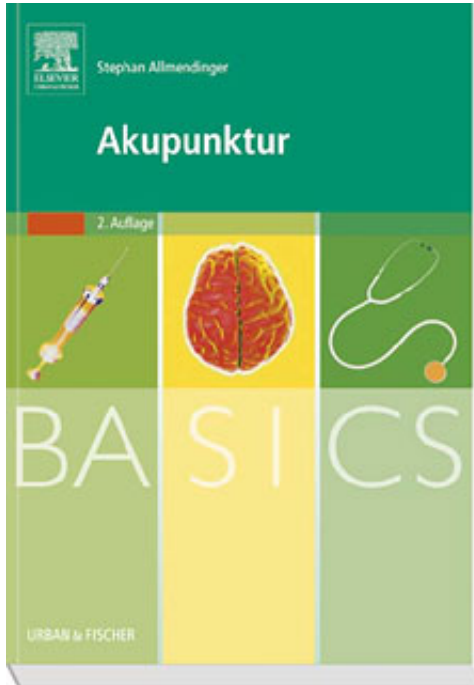


Abb. 5: Verlauf der Di-LB am Hals und im Gesicht. [11]



Stephan Allmendinger
[BASICS Akupunktur](#)

112 Seiten, kart.
erschienen 2011



Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de