

Hecker / Peuker / Steveling / Kluge TCM Handbuch Traditionelle Chinesische Medizin

Leseprobe

[TCM Handbuch Traditionelle Chinesische Medizin](#)

von [Hecker / Peuker / Steveling / Kluge](#)

Herausgeber: Anaconda



<http://www.narayana-verlag.de/b12348>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



Inhalt

8 Vorwort

Kapitel 1

Eine Einführung in die chinesische Gesundheitslehre

- | | | | |
|----|-------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------|
| 12 | Der ganzheitliche Aspekt der chinesischen Gesundheitslehre | 26 | TCM und der Westen |
| 17 | Die geistigen Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin | 29 | Östliche Medizin - westliche Medizin |
| 17 | Taoismus | 29 | Spektakuläre Wirkungen der Akupunktur |
| 18 | Konfuzianismus | 29 | Information bietet Schutz vor Scharlatanerie |
| 19 | Buddhismus | 31 | Welche Behandlung ist die „richtige“? |
| 21 | Geschichte der Traditionellen Chinesischen Medizin | | |
| 21 | TCM in China | | |

Kapitel 2

Grundlegende Konzepte der Traditionellen Chinesischen Medizin

- | | | | |
|----|-------------------------------------|----|-----------------------------------------|
| 37 | Yin und Yang | 54 | Der Milzmeridian |
| 41 | Die Grundsubstanzen | 55 | Der Herzmeridian |
| 41 | Qi | 56 | Der Dünndarmmeridian |
| 43 | Xue | 57 | Der Nierenmeridian |
| 45 | Andere Körperflüssigkeiten (jin-Ye) | 58 | Der Blasenmeridian |
| 45 | Jing | 60 | Der Herzbeutelmeridian |
| 47 | Shen | 61 | Der Drei-Erwärmer-Meridian |
| 48 | Die Meridiane (Leitbahnen) | 62 | Der Gallenblasenmeridian |
| 50 | Der Lungenmeridian | 63 | Der Lebermeridian |
| 51 | Der Dickdarmmeridian | 64 | Die acht „außer ordentlichen“ Meridiane |
| 52 | Der Magenmeridian | | |

Inhalt

66	Die Fünf Wandlungsphasen	78	Die Yang-oder Fu-Organen
67	Die Entsprechungen der Fünf Wandlungsphasen	80	Die Außerordentlichen Fu-Organen
69	„Mutter-Kind-Regel“ und Ke-Zyklus	80	Die Organ-oder Meridianuhr
71	Die Behandlung nach dem Modell der Fünf Wandlungsphasen	82 Krankheitsauslösende Ursachen	
72	Die Organe und ihre Funktionen	82	Die „Sechs Äußeren Übel“
73	Die Yin-oder Zang-Organen	84	Die Sieben Emotionen
		87	Weder innere noch äußere Ursachen

Kapitel 3

Diagnostik der Traditionellen Chinesischen Medizin

92	Die Inspektion (wang-zhen)	95	Ausscheidungen und Absonderungen
92	Allgemeine Körperverfassung und Verhalten	96 Hören und Riechen (wen-zhen)	
92	Gesichtsfarbe	97 Befragung (when-zhen)	
93	Die Zungendiagnostik	98	Die acht Leitkriterien
		103	Betasten (qie-zhen)

Kapitel 4

Die besonderen Therapiemöglichkeiten der Traditionellen Chinesischen

111	Die chinesische Ernährungslehre	122	Die Mahlzeiten der chinesischen Küche
112	Ernährungslehre gemäß der Jahreszeiten	125	Rezepte
115	Ernährungslehre gemäß Temperaturverhalten	129	Chinesische Kräuterheilkunde/ Arzneitherapie
118	Ernährungslehre gemäß Geschmacksrichtungen	141	Bewegungsübungen
120	Ernährungslehre gemäß der Fünf Elemente	141	Qi Gong
		153	TaiChi

160 Die Chinesische Massage	188 Ohrakupunktur (Aurikulo-akupunktur)
160 Shia-Tsu	190 Anatomie der Ohrmuschel
162 Akupressur	194 Astrologie, Weissagungen und Hilfen für die „richtige“ Lebensweise
169 Die Akupunktmassage nach Penzel	194 Chinesische Astrologie
172 Moxibustion	195 I Ging
176 Schröpfen	196 Die „richtige“ Lebensweise
181 Akupunktur	197 FengShui
182 Anwendung der Akupunktur	
185 Die Akupunkturpunkte	

Kapitel 5

Krankheiten und ihre Behandlung die Traditionelle Chinesische

206 Akne	220 Lumbago, Lumboischialgie
208 Allergien	223 Kopfschmerzen und Migräne
210 Arthritis	225 Menstruationsbeschwerden
212 Asthma bronchiale	226 Rückenschmerzen
214 Bandscheibenschäden	227 Tennis-oder Golferellenbogen
216 Blasenentzündung	228 Tinnitus
217 Bronchitis	230 Übergewicht
218 Depression	

Kapitel 6

- Anhang

234 Diätetik nach der chinesischen Ernährungslehre	245 Literatur
244 Auswahl an Internetquellen	246 Register



Hecker / Peuker / Steveling / Kluge
[TCM Handbuch Traditionelle
Chinesische Medizin](#)

248 Seiten, geb.



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise
www.narayana-verlag.de