

*Hans-Ulrich Hecker • Angelika Steveling  
Elmar Peuker -Jörg Kastner • Kay Liebchen*

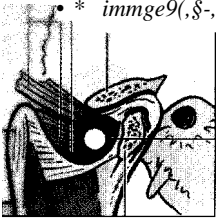
Taschenlehrbuch der  
Akupunktur  
Körperpunkte • Ohrpunkte  
Triggerpunkte

Unter Mitarbeit von  
Stefan Kopp, Gustav Peters,  
Michael Hammes

Hippokrates

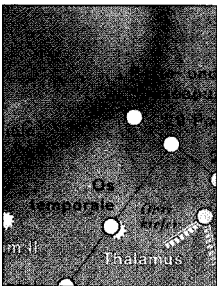


• **Teil 1:**  
**Akupunkturpunkte**  
**am Körper**



Der Lungenmeridian ..... 2  
 Der Dickdarmmeridian ..... 8  
 Der Magenmeridian ..... 16  
 Der Milzmeridan ..... 24  
 Der Herzmeridian ..... 30  
 Der Dünndarmmeridan ..... 34  
 Der Blasenmeridian ..... 40  
 Der Nierenmeridian ..... 58  
 Der Perikardmeridian ..... 62  
 Der 3 -Erwärmermeridian.....66  
 Der Gallenblasenmeridian ..... 74  
 Der Lebermeridian ..... 86  
 Das Konzeptionsgefäß ..... 90  
 Das Lenkergefäß.....96  
 Die Extrapunkte.....102

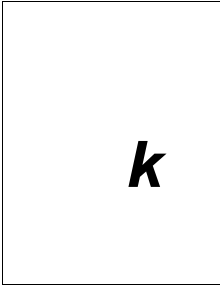
**M Teil 2:**  
**Akupunkturpunkte**  
**an der**  
**Ohrmuschel**



Anatomie der Ohrmuschel ..... 116  
 Innervationszonen der Ohrmuschel  
 nach *Nogier*.....118  
 Innervationszonen der Ohrmuschel  
 nach *Durinjan*.....120  
 Topographische Lage der Reflexzonen . 122  
 Punkte am Lobulus  
 nach chinesischer Nomenklatur. .... 124  
 Punkte am Lobulus nach *Nogier*..... 126  
 Punkte am Tragus  
 nach chinesischer Nomenklatur. .... 128  
 Punkte am Tragus und der Incisura  
 supratragica nach *Nogier* und *Bahr*..... 130  
 Punkte der Incisura intertragica  
 nach chinesischer Nomenklatur. .... 132

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Teil 2:</b></li> <li><b>Akupunkturpunkte</b></li> <li><b>an der</b></li> <li><b>Ohrmuschel</b></li> </ul>	<b>Punkte der Incisura intertragica</b>	
	nach <i>Nogier</i> .....	134
	<b>Punkte am Antitragus</b>	
	nach chinesischer Nomenklatur. ....	136
	<b>Punkte am Antitragus nach <i>Nogier</i></b> .....	138
	<b>Projektion des knöchernen Skelettes</b>	
	nach <i>Nogier</i> .....	142
	<b>Projektionszonen der Wirbelsäule</b>	
	nach <i>Nogier</i> , <b>nervale Organpunkte</b>	
	<b>der paravertebralen sympathischen</b>	
	<b>Ganglienketten und nervale</b>	
	<b>Steuerungspunkte der endokrinen</b>	
	<b>Drüsen</b> .....	144
	<b>Plexuspunkte in der Concha</b>	
nach <i>Nogier</i> .....	146	
<b>Punkte im Bereich der Fossa triangularis</b>		
nach chinesischer Nomenklatur. ....	148	
<b>Punkte der aufsteigenden Helix</b>		
nach chinesischer Nomenklatur. ....	150	
<b>Punkte der Helix</b>		
nach <i>Nogier</i> .....	152	
<b>Punkte (verdeckt liegend) an der Helix</b>		
nach <i>Nogier</i> .....	154	
<b>Projektionszonen der inneren Organe</b>		
nach chinesischer Nomenklatur. ....	156	
<b>Projektionszonen der inneren Organe</b>		
nach <i>Nogier</i> .....	160	
<b>Energie- und Behandlungslinien</b>		
<b>an der Ohrmuschel</b> .....	162	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Teil 3:</b></li> <li><b>Triggerpunkte</b></li> </ul>	<b>M. temporalis</b>	
	Muskelbeschreibung.....	168
	Triggerpunkte und	
	Schmerzprojektionsareale.....	170
	Wichtige Akupunkturpunkte	
und ihre Lokalisation.....	172	
Gnathologische Aspekte.....	174	

• Teil 3:  
**Triggerpunkte**



<b>M. masseter</b>	
Muskelbeschreibung .....	176
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	177
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	179
Gnathologische Aspekte .....	180
<b>M. pterygoideus lateralis</b>	
Muskelbeschreibung .....	182
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	183
Wichtiger Akupunkturpunkt und seine Lokalisation .....	183
Gnathologische Aspekte .....	184
<b>M. trapezius</b>	
Muskelbeschreibung .....	187
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	188
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	190
Gnathologische Aspekte .....	192
<b>M. levator scapulae</b>	
Muskelbeschreibung .....	194
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	195
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	195
Gnathologische Aspekte .....	196
<b>M. sternocleidotnastoideus</b>	
Muskelbeschreibung .....	198
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	200
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	201
Gnathologische Aspekte .....	202
<b>M. pectoralis major</b>	
Muskelbeschreibung .....	204
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	205
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	207

## H Teil 3: Triggerpunkte

<b>M. pectoralis minor</b>	
Muskelbeschreibung .....	210
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	211
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	211
<b>M. rhomboideus minor und major</b>	
Muskelbeschreibung .....	212
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	212
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	215
<b>M. supraspinatus</b>	
Muskelbeschreibung .....	216
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	218
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	219
<b>M. infraspinatus</b>	
Muskelbeschreibung .....	220
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	222
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	223
<b>M. subscapularis</b>	
Muskelbeschreibung .....	224
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	225
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	225
<b>M. extensor carpi radialis longus</b>	
Muskelbeschreibung .....	226
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	227
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	227
<b>M. extensor digitorum communis</b>	
Muskelbeschreibung .....	228
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale .....	229
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation .....	230

• Teil 3:

**Triggerpunkte**

<b>M. iliopsoas</b>	
Muskelbeschreibung	232
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale	234
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation	235
<b>M. quadratus lumborum</b>	
Muskelbeschreibung	236
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale	238
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation	239
<b>M. quadriceps femoris</b>	
Muskelbeschreibung	240
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale	242
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation	247
<b>M. piriformis</b>	
Muskelbeschreibung	250
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale	251
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation	251
<b>M. gluteus maximus</b>	
Muskelbeschreibung	252
Triggerpunkte und Schmerzprojektionsareale	253
Wichtige Akupunkturpunkte und ihre Lokalisation	255
<b>Literatur</b>	256
<b>Punkteverzeichnis</b>	
Teil 1: Akupunkturpunkte am Körper in alphabetischer Folge	260
Teil 2: Akupunkturpunkte an der Ohrmuschel	261
Ohrpunkte nach chinesischer Nomenklatur, numerisch geordnet	261
Ohrpunkte nach <i>Nogier</i> und <i>Bahr</i> , numerisch geordnet	262
Teil 3: Triggerpunkte, in alphabetischer Folge der Muskeln	262