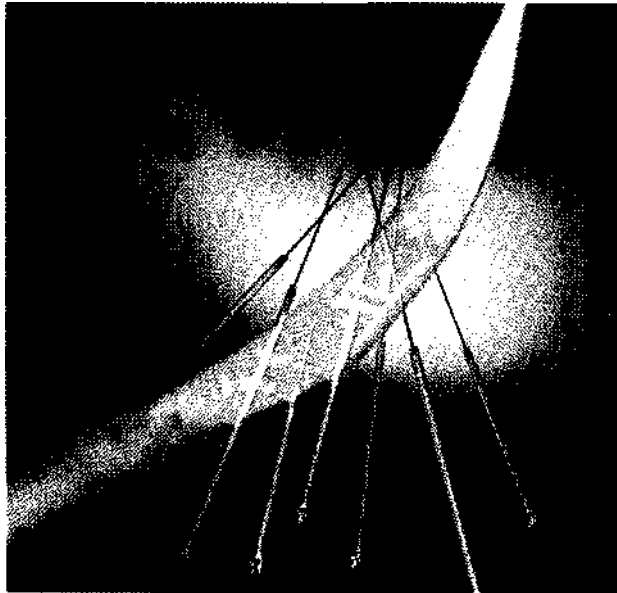


Priv.-Doz. Dr. med. Albrecht Molsberger
Dr. med. Gabriele Böwing

So hilft mir die Akupunktur

Für Sie bewertet:
Wie die fernöstliche Methode
bei 55 Krankheiten hilft



 Haug

615.821

Entwicklung der Akupunktur



Akupunktur hat eine lange Tradition	12
I Von Taoismus und Konfuzianismus	13
Spezial: Verschiedene Kulturen - verschiedene Therapien	
I Das Interesse des Westens ist geweckt	15
Wissenschaftliche Erkenntnisse zur Akupunktur	17
I Schmerzleitung	18
I Die »sofort analgetische Wirkung«	19
I Langzeitwirkung	19
I Psychische Wirkung der Akupunktur	21
I Klinische Bedeutung	22
Spezial: Deutschland - das Land der größten Akupunkturstudien	23
Akupunktur in der westlichen Medizin	25

Akupunktur und Chinesi- sche Medizin heute



Tao - Lebensenergie Qi - Yin und Yang	28
I Das Tao	28
I DasQi	29
I Yin und Yang	30
Akupunkturmeridiane	32
I Organe und Meridianverlauf	33
Akupunkturpunkte	35
I Punktlokalisierung	36
I Stichtechnik und Akupunkturnadeln	37
Spezial: Diese Akupunkturpunkte sollten Sie kennen	38
Die 5 Elemente und die chinesischen Syndrome	39
I Zuordnungen	40
I Die wechselseitige Beeinflussung	42
I Syndrome	43
I Diagnostik und Therapie des energetischen Zustands	44
Chinesische Diagnostik	47
I Fülle (Shi) und Leere (Xu)	47
I Außen (Biao) und Innen (Ben)	49
I Hitze (Re) und Kälte (Han)	49
I Weitere diagnostische Kriterien	50
Spezial: Erstellen Sie Ihre eigene chinesische Diagnostik	52
Ergänzende therapeutische Maßnahmen	55
I Moxibustion	55
I Schröpfen	57

Inhalt

I Ohrakupunktur	58
1 Chinesische Schädelakupunktur und Yamamoto - Neue Schädelakupunktur	58
1 Elektroakupunktur	60
1 Lasertherapie	60
1 Akupressur und Akupunkt-Massage	61
1 Kombination mit anderen Therapieverfahren	62
I Akupunktur und angewandte Kinesiologie	63
Chinesische Ernährungstherapie	65
I Die Klassifizierung der Nahrung	65
I Die therapeutische Wirkung der Nahrungsmittel	66
1 Ernährung nach Yin und Yang	69
1 Ernährung und das Prinzip der 5 Elemente	71
Chinesische Arzneikräutertherapie	76
1 Prinzip der Phytotherapie	77
Spezial: Phytotherapie-Rezepte	78

**Was kann mit
Akupunktur
behandelt
werden?**



Augenerkrankungen	82
I Altersabhängige Makuladegeneration OOO	82
I Chronische Bindehautentzündung OOO	84
1 Grüner Star OO	85
1 Netzhautentzündung O	86
I Entzündung des Sehnervs OOO	87
Ohrenerkrankungen	88
I Mittelohrentzündung OOO	88
1 Tinnitus OO	88

I Gleichgewichtsstörung	OOO	89
I Entzündung des Gleichgewichtsnervs	OOO	90
Herz-Kreislauf-Erkrankungen		92
I Funktionelle Herzerkrankung	OO	92
I Bluthochdruck, niedriger Blutdruck, Kreislaufstörungen, vegetative Dystonie	OO	93
I Arterielle und venöse Durchblutungsstörungen	OO	94
Erkrankungen der Atmungsorgane		95
I Allergie	OOO	95
I Lungenasthma	OO, Asthma bei Kindern OOO	97
I Chronische Infektanfälligkeit	OOO	98
I Fieberhafte Erkältung, Grippe	OO	99
I Rachenentzündung, Husten	OOO	101
I Nasennebenhöhlenentzündung	OOO	102
I Bronchitis	OO	102
Magen-Darm-Erkrankungen		103
I Entzündliche Darmerkrankungen	OOO	103
I Funktionsstörung des Darms	OOO	106
I Nervöser Magen, Magenschleimhautentzündung, Magengeschwür	OO	107
I Erbrechen	OOO	107
I Schluckbeschwerden, Fremdkörpergefühl im Hals	OO	109
Gynäkologische Erkrankungen und Erkrankungen der Blase		110
I Empfängnisstörung	OOO	110
I Geburtserleichterung	OOO	112
I Fehlender Milcheinschuss und Entzündung der Milchdrüsen	OOO	113
I Menstruationsstörungen, Regelschmerzen, Ausbleiben der Regel	OO	113
I Hormonelle Umstellung der Frau	OOO	114
I Akute und chronische Blasenentzündung	OOO	115
I Nächtliches Einnässen bei Kindern	OO	117
Erkrankungen des Bewegungsapparats		119
I Schmerzen der Gesichtsmuskeln und Kiefergelenkarthrose	OO	119
I Nackenschmerzen und eingeschränkte Beweglichkeit der HWS nach Schleudertrauma	OOO	120



Inhalt

I Akuter Schiefhals OOO	122
I Schulterschmerzen OOO	123
I Spannungskopfschmerzen, oberes HWS-Syndrom OOO	126
I Ellbogenschmerzen, Tennisarm OOO, Golferarm OO	128
I Schmerzen in der Brustwirbelsäule, Interkostalneuralgie OOO	130
I Rückenschmerzen, chronischer Kreuzschmerz, Hexenschuss OOO	131
I Rücken-Bein-Schmerzen, Ischiasschmerzen OOO	135
I Hüftgelenkverschleiß, Hüftfehlstellung, Schleimbeutelentzündung an der Hüfte OOO	137
I Knieschmerzen bei Kniegelenkverschleiß OOO, Knorpelschaden der Kniescheibe, Patellaspitzenyndrom OOO	138
I WadenmuskelkrämpfeOO	140
I Zerrung des Sprunggelenks, Schmerzen an der Achillessehne, Fersenschmerz OOO	141
I Rheumatische Gelenkerkrankung O	142
Hauterkrankungen	143
I Schlecht heilende Wunden am Unterschenkel, offene Unterschenkelgeschwüre OOO	143
I AkneOO	145
I Herpes labialis OOO, Herpes genitalis O	145
I Gürtelrose OO, chronische Post-Zoster-Neuralgie O	146
I Schuppenflechte OO	147
I Neurodermitis OO	148
I Kosmetische Akupunktur OOO	149
Nervenerkrankungen	151
I Gefäßbedingter Kopfschmerz (Migräne) OOO	151
I TrigeminusneuralgieOOO	153
I Gesichtsnervenlähmung OOO	155
I Karpaltunnelsyndrom OO	156
I Lähmungen nach Schlaganfall OO	157
I Epileptische Erkrankung O	157
I Parkinson-Krankheit OOO	158
I Multiple Sklerose OO	158

Suchtbehandlung	160
I Raucherentwöhnung OO	160
1 Gewichtsreduktion bei Übergewicht und Fettsucht OO	161
Psychische Störungen	163
Leichte Depressionen und Angststörungen OOO	163
Chronisches Müdigkeitssyndrom, Burn-out OOO	164
Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom, Zappelphilippsyndrom, Hyperaktivität OO	166
Schlafstörungen OO	168
Lampenfieber und Prüfungsangst O	169
Sexuelle Störungen OO	170
Erkrankungen im Kindesalter OOO	171
Krebserkrankungen OO	173

**Was Sie sonst
noch wissen
müssen**



Woran erkennt man eine fachgerechte Akupunktur?	176
Akupunktur statt Operation?	178
Eventuelle Nebenwirkungen	178
So tragen Sie zum Erfolg der Akupunktur bei	180
Wo ist die Akupunktur überfordert?	180
Kosten der Akupunkturbehandlung	181
Indikationsliste für Akupunktur	181
Patienteninformationen zu Akupunktur und Chinesischer Medizin - Adressen	183
Literaturempfehlung	185
Bildtafel: Die Akupunkturpunkte des Menschen	186
Register	188