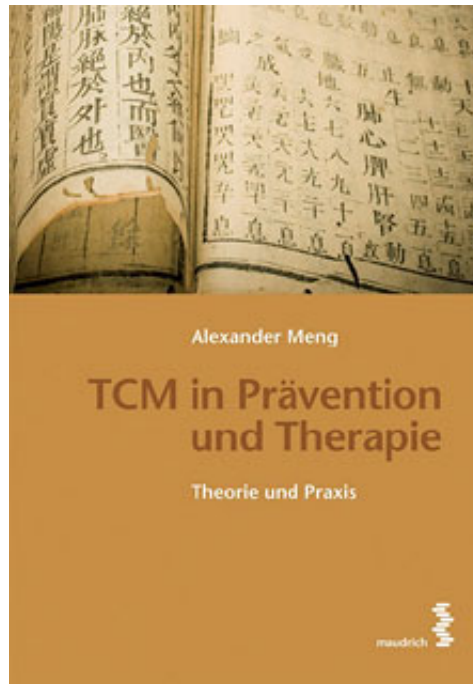


Alexander Meng

TCM in Prävention und Therapie

Reading excerpt
[TCM in Prävention und Therapie](#)
of [Alexander Meng](#)
Publisher: Maudrich Verlag



<http://www.narayana-verlag.com/b12315>

In the [Narayana webshop](#) you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.com
<http://www.narayana-verlag.com>



Inhaltsverzeichnis

TCM und Schulmedizin	14
Unterschiede und Gemeinsamkeiten	14
Frühwarnsystem (Warnsignale vor dem Ausbruch einer Erkrankung).....	15
Prävention und Rehabilitation	16
Die Ganzheitlichkeit der Gesundheit	17
Die Vitalitätsbasis stärken.....	17
Prävention	17
Individualität in der Prävention und Therapie 18
Steigerung der Abwehrkraft Zheng qi 正气	18
Erweiterung der Akupunktur-Indikation in Österreich	18
Subhealth (SH 亚健康) und Prävention nach der TCM	20
Erkennen von Subhealth (SH).....	22
Neurasthenie/CFS	24
SH-Symptome nach der TCM-Differenzialdiagnose 辨证	24
Ideale Voraussetzungen für ein gesundes Leben	25
Sinn und Wege der TCM-Prävention	26
Die individuelle Intervention bei TCM-SH	26
Ziel der Intervention	28
Intervention	28
Was beeinflusst die Konstitution?	29
Syndrome und Typologie in der TCM-SH	29
Stufenplan in der ärztlichen TCM-Praxis	37
Behandlungsmethoden der TCM	38
Akupunktur	38
Santong-Technik nach He Pu ren 贺普仁三通法	38
Ernährung und Heilkräuter	40
Einige häufig verwendete Kräuter in der Rehabilitation	44
Zubereitung und Anwendung der Kräuter zu Hause	46
Spezielle Rezepte	47
Hausmittel für Schönheit, Gesundheit und das junebleiben 40
Moxibustion (Ai jiu 艾灸)	49
Wirkung und Indikation der Moxabehandlung	50
Kontraindikationen	52

Anwendung	52
Durchführung	52
Moxa als Geriatrikum in der Praxis	53
Schröpfen (Ba guan 拔罐)	53
Durchführung	54
Schröpfungsmethoden	54
Beispiele für die Anwendung	55
Qigong 气功	56
Die drei Dantian 丹田	57
Die drei Formen des Qigong	58
Schattenboxen – Tai ji quan 太极拳	66
Tuina-Therapie 推拿	67
Tuina als Prophylaxe	68
Akupressur	68
Kaltwasser-Anwendungen: Kneippen auf Chinesisch	69
Einige allgemeine Regeln für ein gesundes Leben	70
Philosophisches Konzept	76
Huang di nei jing 黄帝内经	77
Große Philosophen	78
Lao zi 老子	78
Meng zi 孟子	79
Dong Zhong shu 董仲舒	79
Chen zhi 陈直	80
Daoismus und Yang sheng	81
Typische daoistische Prinzipien der TCM	82
Meditationsbild – Nei jing tu 内经图	83
Zhou yi 周易	84
Yin Yang 阴阳	84
Die Ordnung des Universums in binärer Symbolsprache	86
8 Trigramme (Ba gua 八卦)	88
Hexagramme – Liu yao 六爻	90
Hetu 河图	91
Biorhythmus – Wu yun liu qi 五运六气	93
Fengshui 风水	94
Tripelsystem in der Organphysiologie	96
Die Kardinalpunkte und das Yi jing	97

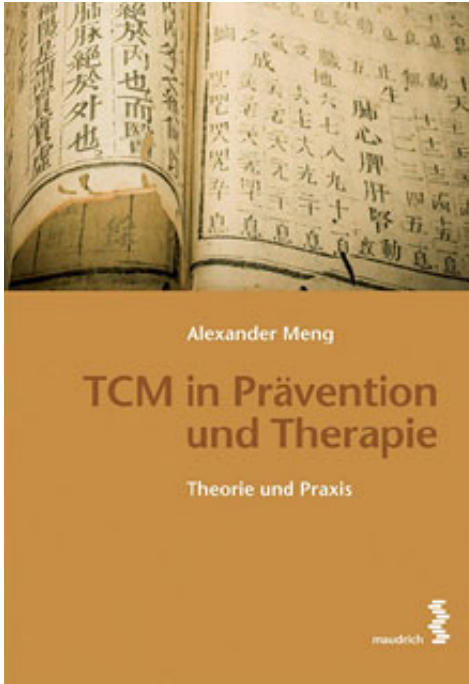
Mikrosystem/Holographie für Untersuchungen, Diagnose und Therapie	97
Pulsdiagnose – Mai zhen 脉诊	98
Zungendiagnose – She zhen 舌诊	100
Handreflexzone – Shou zhen 手针	104
Gesichtsreflexzone – Wang mian 望面	106
Ohrreflexzonen – Er zhen 耳针	107
Chinesische Schädelakupunktur – Tou pi zhen 头皮针	111
Bauchdecken-Diagnose und -Therapie – Fu zhen 腹针	113
Augen mit Ba gua Yan zhen 眼针	115
Nase mit Ba gua Wang bi 望鼻	116
Körper und Rumpf ventral mit Ba gua Wang quan shen 望全身	117
Fußreflexzonen mit Ba gua Zu bagua 足八卦	117
Die 5-Elementelehre 五行学说	118
Die Bedeutung der 5-Elementelehre	120
Die Physiologie der Organe und die 5-Elementelehre	120
Die Meridianpunkte und die 5-Elementelehre	121
Komplexes Regulationssystem	122
Meridiansystem (Jing luo xue shuo 经络学说)	124
Die Physiologie und Pathophysiologie des Meridiansystems	127
Diagnose	127
Richtung in den Meridianen	128
Vitalenergie – Qi und Blut – Xue 气血	131
Vitalenergie – Qi 气	131
Die 4 Hauptformen des Qi	132
Allgemeine Physiologie und Pathophysiologie des Qi	133
Blut – Xue 血	134
Störungen des Blutes	134
Einige Qi/Xue-Syndrome (Qi xue zheng 气血证)	135
Organphysiologie (Zang xiang xue shuo 脏象学说)	136
Die 5 Zang-Organen 脏	137
Herz (Xin 心)	137
Lunge (Fei 肺)	139
Lunge und Körperöffnungen	140
Milz (Pi 脾)	140
Milz und Körperöffnungen	141

Leber (Gan 肝)	141
Leber und Körperöffnungen	142
Niere (Shen 肾)	142
Niere und Körperöffnungen	143
Die 6 Fu-Organen 六腑	143
Außerordentliche Fu-Organen – Qi heng zhi fu 奇恒之腑	145
Krankheitslehre 辨证	147
Die Dreier-Regel	148
TCM-Syndrome Zheng hou 证候	148
Struktur der TCM-Syndrome Zheng hou 证候	149
Pathogenese von Magenschmerzen	150
Entscheidungsbaum für die Diagnose nach Zheng qi und Xie qi	151
Entscheidungsbaum für die Diagnose nach Fülle/Leere	152
Wasserhaushalt von Seiten der Qi hua (Qi Physiologie) - Funktion des 3-Erwärmers	153
Pathogenese der rheumatischen Erkrankungen (Bi 痹-Krankheiten)	153
Krankheitsursachen – Bing xie 病邪	154
Die sechs exogenen (Liu yin zheng hou 六淫证候), klimatischen Faktoren (Wai gan bing xie 外感病邪)	155
Wind (Feng xie zheng 风邪证)	156
Kälte (Han xie zheng 寒邪证)	156
Sommerhitze (Shu xie zheng 暑邪证)	157
Feuchtigkeit (Shi xie zheng 湿邪证)	157
Trockenheit (Zao xie zheng 燥邪证)	158
Hitze (Re xie zheng 热邪证)	158
Die emotionalen Faktoren (Qing zhi zheng hou 情志证候)	159
Freude – Xi 喜 und Schrecken – Jing 惊	159
Zorn – Nu 怒	159
Grübeleien – Si 思	160
Trauer – Bei 悲 und Sorge – You 忧	160
Angst – Kong 恐	160
Stress	160
Pathomechanismus für die Psychosomatik	161
Therapie der psychosomatischen Störungen	162
Diätfehler	162
Unreine Nahrungsmittel	163
Einseitige Ernährung	163

Die 8 Prinzipien (Ba gang bian zheng 八纲辨证)	164
Ba gang 八纲	164
Yin/Yang 阴阳	164
Außen/Innen (Biao li 表里)	164
Hitze/Kälte (Re han 热寒)	165
Fülle/Leere (Shi xu 实虚)	166
Organ-Differenzialdiagnose – Zang fu bian zheng 脏腑辨证	168
Komplexe Organ-Syndrome	168
Herz- und Nieren-Yin-Mangel (Xin shen yin xu 心肾阴虚)	168
Aufsteigendes Leber-Yang (Gan yang shang kang 肝阳上亢)	169
Herz- und Milz-Yin-Mangel (Xin pi liang xu 心脾两虚)	170
Nieren-Yang-Mangel (Shen yang xu 肾阳虚)	171
Spezielle Syndrome nach Vitalstoffen – Qi xue jin ye 气血津液	172
Schleim (Tan yin 痰饮)	172
Blutstau (Yu xue 瘀血)	174
Blut-Syndrome (Xue zheng 血证)	175
Qi-Syndrome (Qi zheng 气证)	176
Yin- bzw. Yang-Mangel-Syndrome (Yin xu 阴虚 Yang xu 阳虚)	177
Differenzialdiagnose nach Syndromen 辨证	179
Indikationen für die Praxis	180
Psychovegetative Syndrome	180
Psychosomatische Aspekte	181
Bewusstsein und Unterbewusstsein	181
Der Baum des Lebens	182
Die Reinigung als Praxis	183
Die Krise in der Gegenwart	184
Qigong, Yoga und Religion sind Wege zum Unterbewusstsein	185
Psychopathologie	186
Die 3 Schätze der Gesundheit	187
Neurasthenie in der TCM	190
Burnout-Syndrom	192
Chronic fatigue Syndrom (CFS)	193
Adipositas	194
Raucherentwöhnung	194

Neurologische Krankheiten	195
Polyneuropathie	195
Restless-Legs-Syndrom	195
Cephalea.....	195
Trigeminusneuralgie	196
Hemiparese nach cerebralem Insult.....	196
Postcommotionelles Syndrom	197
Multiple Sklerose.....	197
Parkinson-Krankheit	198
Onkologie.....	199
Tumorentstehung in derTCM	199
Symptome einer Organstörung.....	200
Symptome der Zirkulationsstörungen	200
Konzepte der Tumorthherapie	200
Tumorschmerztherapie	208
Behandlung der Nebenwirkungen der Chemo-/Radiotherapie	210
Ernährung bei Krebs nach den 5 Elementen derTCM	210
Geriatric	210
Basisbehandlung	211
Depression.....	213
Müdigkeit.....	213
Kalte Hände/Füße, Frieren.....	214
Innere Unruhe mit Hitze der Handflächen und Fußsohlen	215
Nächtliches bzw. verstärktes Schwitzen ohne ersichtlichen Grund	215
Kurzatmigkeit	215
Palpitationen	216
Vergesslichkeit, Demenz.....	216
Zu viel Feuer im Alter (Shang huo 上火)	217
Chronische Bronchitis	218
Schlafstörung	218
Schlafapnoe-Syndrom.....	219
Benommenheit, Schwindel.....	219
Obstipation	219
Chronische Diarrhöe	220
Chronische Gastritis.....	220
Tinnitus, Schwerhörigkeit	221
Zahnschmerzen.....	221
Pollakisurie.....	221
Harninkontinenz..	..222

Uterussenkung	222
Menopause-Syndrom	223
Potenzprobleme	223
Akutes Zervikalsyndrom	224
Chronisches Zervikalsyndrom.....	224
Schulter-Arm-Syndrom	225
Chronische Lumbalgie.....	225
Gonarthrose	226
Schmerzen an den Fußsohlen.....	226
Anti-Aging	227
Allgemeines	227
TCM-Konstitutionstypen (TCM-KT 中医体质) nach Wang qi 王琦	227
Übersicht der Konstitutionstypen nach Wang qi.....	228
Grenze zwischen Konstitutionstyp und Syndromen in derTCM	229
Die 9 TCM-Typen in der Praxis	229
Wellness nach den Jahreszeiten	232
Biorhythmus – Wu yun liu qi 五运六气	232
Praxis	232
10 Himmelsstämme – Tian gan 天干.....	233
12 irdische Zweige – Di zhi 地支	234
Yin-Yang-Rhythmus des Tages	235
Yin-Yang-Rhythmus der 4 Jahreszeiten.....	235
Die 24 Abschnitte des Jahres	235
Die 4 Jahreszeiten	237
Atem, Meditation	237
Die 9 Paläste – Jiu gong 九宫, die 6 Kosmischen Perioden – Liu yun 六运. . .	238
Das Qi in den 4 Jahreszeiten	240
Chronomedizin in der Praxis für Subhealth und Therapie	242
Frühling	243
Sommer.....	244
Herbst	246
Winter	248
TCM-Rohdrogen (in Österreich erhältlich)	250
Literaturverzeichnis.....	258
Sachregister	260



Alexander Meng

[TCM in Prävention und Therapie](#)
Theorie und Praxis

176 pages, pb
publication 2011



order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life www.narayana-verlag.com