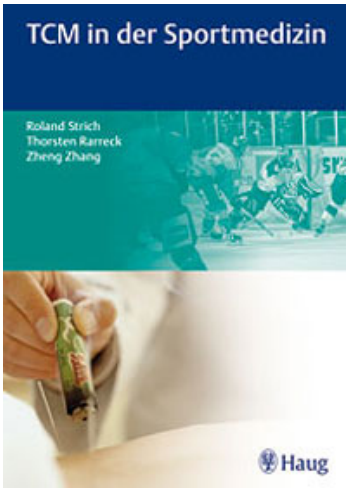
# Strich / Rarreck / Zhang
# TCM in der Sportmedizin

## Reading excerpt

TCM in der Sportmedizin
of Strich / Rarreck / Zhang
Publisher: MVS Medizinverlage Stuttgart




http://www.narayana-verlag.com/b8336

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

# 8 Sachverzeichnis


A

Abduktionstest 171
Abwehr-Qi 9, 227, 233
Achillessehne
– Ansatzbeschwerden 200
– Peridentinitis 198
– Schleimbeutelentzündung 200
Achillessehnenriss 201
Akromioklavikulargelenks-distorsion 135
Akupunktmassage nach Penzel 55
Anamnese
– Brustwirbelsäule 107
– Ellenbogen, Unterarm und Hand 138
– Extremität, obere 122
– Extremität, untere 150
– Halswirbelsäule 93
– Kniegelenk 169
– Lendenwirbelsäule 111
– Schulter 122
– Wirbelsäule 91
Apprehension-Test 127
Arthrosis deformans 86
Assistenten-Droge 44
Asthma bronchiale 230
Aufklappbarkeit 171
Außenbandruptur 192
Außenrotations-Haltetest 125

B

Baker-Zyste 180
Bandscheibenvorfall 104, 120
Basis-Punkte, Schädelakupunktur 31
Bauchschmerz 222
Befindlichkeitsstörung, psychovegetative 236
Beinlängenuntersuchung 152
Bewegung (Beweglichkeit), Prüfung
– Brustwirbelsäule 107
– Ellenbogen, Unterarm und Hand 140
– Extremität, obere 125
– Extremität, untere 152
– Kniegelenk 171
– Lendenwirbelsäule 111
– Schulter 125
Bi-Syndrom 81
Blase 88
Blockaden, Verteilung 42
Blut-Hitze 10, 234
Blut-Mangel 10, 226, 235, 239
Blut-Stagnation 237, 240
Blut-Stase 42, 62, 63, 75
Blut-Stau 10
Blut- und Yin-Mangel 234
Blutung, periartikuläre 74
Brustwirbelsäule (BWS) 107
Bursitiden 163, 182
Bursitis 78

C

Cheng-Zyklus 13
Chinesische Diätetik 47
– Coxarthrose 155
– Coxa saltans 163
– Ermüdungsfrakturen 161
– Ernährung Jahreszeiten 50
– Ernährungsfehler 48
– Leistungssteigerung 20
– Nahrungsmittel, Klassifizierung 48
– Verletzung, knöcherne extrinsische 159
– Verletzung, knöcherne intrinsische 161
Chinesische Medizin
– Fünf Wandlungsphasen 12
– Funktionskreise 14
– Störung, äußere 237
– Störung, innere 237
– Substanzenlehre 8
– Yin und Yang 6
Chinesische Phytotherapie 43
– Anwendung, äußere 46
– Anwendung, innere 45
– Leistungssteigerung 20
Chopart-Gelenklinie 191
Coxarthrose 154
Coxa saltans 162
Coxitits fugax 156

D

De-Qi-Gefühl 23
Distension, abdominale 222
Dorsalgie 109
Drehmann-Zeichen 158
Drop Sign 125
Dry Needling siehe Nadelung, trockene

E

Ekzem, atopisches siehe Neurodermitis
Elektroakupunktur nach Voll 38
Elektrostimulation der Akupunktur 42
Ellenbogen, Weichteilverletzung akute 140
Energetisch-Physiologisches Kinesio-Taping 56
Epicondylopathia humeri radialis 142
– ulnaris 142
Epiphysiolysis captitis femoris juvenilis 158
EPKT siehe Energetisch-Physiologisches Kinesio-Taping
Erde-Element 14
Ermüdungsfrakturen 161
Erschöpfungszustand 243
Essenz, Mangel an 11

F

Facettengelenksarthrose 117
Faktor, pathogener 237
Fallbeispiele
– Allergie 49
– Erschöpfungszustand 38
– – chronischer 46
– Fazialisparese 43
– Gelenkblockierung 56
– Handgelenksverletzung, ulnare 142
– ischiokrurale Muskulatur 42
– Kopfschmerz, akuter 29
– Lumbago 32
– Migräne 26
– Mittelhandfraktur 138
– Muskelbeschwerden, akute 38
– Schulterprellung 52
– Verletzung, stumpfe 56
– Zervikalgie, akute 29
Fasziitis, plantare 210
Fersenbeinperiostose siehe Fersenreizung, chronische
Fersenreizung, chronische 210
Feuchtigkeits-Bi-Syndrom 172
Feuer-Element 14
Fraktur
– AO-Klassifikation 216
– Einteilung nach Weber 215
– Fußbereich 214
– Kniegelenk 188
– Sprunggelenk, oberes 215
– Unterschenkelbereich 214
Fulcrum-Test 127
Fülle-Muster 219
Fünf Elemente 12
– Zuordnungen 14
Funktionskreise
– Herz-Dünndarm 15, 20
– Leber-Gallenblase 14, 17, 20
– Lunge-Dickdarm 16, 21


aus: Strich u. a., TCM in der Sportmedizin (ISBN 978-3-8304-7381-7) © 2011 Karl F. Haug Verlag

– Magen-Milz 15, 17, 20, 21
– Niere-Blase 16, 21
Funktionsprüfung
– Brustwirbelsäule (BWS) 107
– Ellenbogen, Unterarm und Hand 140
– Extremität, obere 125
– Extremität, untere 151
– Halswirbelsäule (HWS) 94
– Kniegelenk 171
– Lendenwirbelsäule (LWS) 111
– Schulter 125
– Wirbelsäule 93
Funktionstests nach Cyriax 125
Fußballergelenk 196

G

Gallenblasen-Qi-Mangel 242
Gelenk-Bi-Syndrom 75, 81, 172
Grundsubstanz 6
Grundsystem 6

H

Haglund-Ferse 200
Hallux rigidus 212
– valgus 212
Halswirbelsäule (HWS) 93
Hämatom
– intermuskuläres 60
– intramuskuläres 60
Hauterkrankung 233
Head-Zonen 53
Hernie 166
Hervorbringungs-Zyklus 12
Herz-Blut-Mangel 15, 46
Herz-Blut-Mangel, Milz-Blut-Mangel und Blut (Xue)-Mangel 242
Herz-Blut-, Milz-Blut- und Blut (Xue)-Mangel 247
Herz-Blut-Stase 15, 46, 47
Herz-Qi-Mangel 242, 245
Herz-Yang-Mangel 245
Herz-Yin-Mangel 15, 248
Hitze, in Dickdarm 225
Hitze, in Magen 225
Hitze, in Magen und Milz 235
Hitze-Typ 228
Hoffa-Fettkörper 172
Hoffaitis 183
Hoffa-Krankheit siehe Hoffaitis
Holz-Element 14
Horner-Syndrom 93
Hüftkopfnekrose 155
Hüftluxation, traumatische 153
Hyperkompressionssyndrom, retropatellares 180

I

Impingement-Syndrom 132
Impingement-Test 125
Injektions-Akupunktur 37
Innenbandrupturen siehe Kapselbandverletzungen, innere
Innenrotationstest nach Gerber 125
Insertionszonen nach Sell 94
Inspektion
– Brustwirbelsäule 107
– Ellenbogen, Unterarm und Hand 140
– Extremität, obere 123
– Extremität, untere 151
– Halswirbelsäule 93
– Kniegelenk 169
– Lendenwirbelsäule 111
– Schulter 123
– Wirbelsäule 92
Instabilitätstests
– Extremität, obere 127

J

Jerk-Test 128
Jing 10
– nachgeburtliches 11
– Syndrome 11
– vorgeburtliches 10
Jin Ye 11
Jobe-Test 125
Juckreiz 233

K

Kaiser-Droge 44
Kälte-Bi-Syndrom 172
Kälte-Typ 228
Kapsel-Band-Verletzung 82
– äußere 192
– innere 194
Karpaltunnelsyndrom 145
Ke-Zyklus 12
Klavikulaverletzung 135
Kniegelenk
– dynamische Subluxation 171
– Erkrankung 169
– postero-anteriore Translation 171
Knochennekrose, aseptische 187
Knorpelschaden 179
Kompartmentsyndrom 206
– akutes 72
– funktionelles 73
Kompressionssyndrom
– N. peroneus 207
– N. tibialis 208
Kontroll-Zyklus 12
Kopfschmerzen 237
Körperakupunktur 22
– akute Weichteilverletzung, Schulter 129
– Bandscheibenvorfall 106, 121
– Bursitiden 164
– chronisches Zervikalsyndrom 101
– Coxarthrose 155
– Coxa saltans 163
– Dorsalgie 110
– Epicondylopathia humeri radialis u. ulnaris 144
– Ermüdungsfraktur 161
– Facettengelenksarthrose 118
– Karpaltunnel-Syndrom 146
– Klavikulaverletzung 137
– Kniegelenk, Verletzung 172
– Leistungssteigerung 20
– Lumbalsyndrom, akutes 114
  – chronisches 114
– Lumboischialgie 116
– Prellung (Distorsion) 112
– Rotatorenmanschettenruptur 135
– Seitenbandverletzung, ulnare 149
– Spondylolisthese 119
– Styloiditis radii 145
– Symphysensyndrom 166
– Tendinosis calcarea 131
– Tendovaginitis stenosans de Quervain 148
– Verletzung, akute, Halswirbelsäule 96
– Verletzung, knöcherne extrinsische 159
– Verletzung, knöcherne intrinsische 160
– Weichteilverletzung, Ellenbogen 141
– Weichteilverletzung, Unterarm 141
– Zervikalsyndrom, akutes 99
Kraftprüfung, Hüftregion 152
Kreuzbandruptur
– hintere 176
– vordere 174

L

Lachman-Test 171
Laserakupunktur 32
– akute Weichteilverletzung, Schulter 130
– Karpaltunnel-Syndrom 146
– Seitenbandverletzung, ulnare 149
– Styloiditis radii 145
– Tendovaginitis stenosans de Quervain 148
– Weichteilverletzung, Ellenbogen 142
– Weichteilverletzung, Unterarm 142
Leber-Blut-Mangel 15, 247
Leber-Blut-Stase 15
Leber-Feuer 237, 241

aus: Strich u. a., TCM in der Sportmedizin (ISBN 978-3-8304-7381-7) © 2011 Karl F. Haug Verlag

Leber-Feuer, emporloderndes 241
Leber-Qi, attackiert Magen 220
Leber-Qi-Stagnation 10, 20, 223, 225
Leber-Qi-Stase 15
Leber-Qi-Stau 219
Leber-Yang 237, 240
– aufsteigendes 238
Leber-Yang-Fülle 26, 219
Leber-Yin-Mangel 115, 249
Leere-Muster 219
Leistungssteigerung 19
Lichenifikation 234
Lumbago 113
Lumboischialgie 115
Lungen-Qi 10
Lungen-Qi-Mangel 16, 49, 244
Lungen-Yin-Mangel 248
Luxation 84

M

Magen
– Kälte 219
– Leere und Kälte 222
– Schwäche 224
Magen-Hitze 219, 221
Magen-Qi 10, 219, 237
Magen-Schleim-Feuer 221
Magen- und Leber-Hitze 16
Magen-Yin-Mangel 16, 221, 248
Maisonneuve-Fraktur 215
Meniskusschaden 178
Meniskustest 171
Metall-Element 14
Metatarsalgie 211
Milz
– Kälte 219
– Leere und Kälte 222
– Schwäche 224
Milz-Qi 219, 237
Milz-Qi-Mangel 16, 49, 244
Milz-Yang-Mangel 232, 246
Minister-Droge 44
Mittelfingertest 140
Mobilität, Prüfung
– Brustwirbelsäule 107
– Halswirbelsäule 94
– Lendenwirbelsäule 111
Morbus Osgood-Schlatter siehe Knochennekrosen, aseptische
Morbus Perthes 157
Morbus Sinding-Larsen-Johannsson siehe Knochennekrosen, aseptische
Morton-Neuralgie 209
Moxibustion 35
– akute Weichteilverletzung, Schulter 129
– Bandscheibenvorfall 106, 122
– chronisches Zervikalsyndrom 102, 104
– Coxarthrose 155
– Coxa saltans 163
– direkte 35
– Ermüdungsfraktur 161
– Facettengelenksarthrose 118
– indirekte 36
– Karpaltunnel-Syndrom 146
– Leistungssteigerung 21
– Lumbalsyndrom, chronisches 115
– Lumboischialgie 116
– Prellung (Distorsion) 112
– Rotatorenmanschettenruptur 135
– Seitenbandverletzung, ulnare 149
– Spondylolisthese 120
– Styloiditis radii 145
– Tendovaginitis stenosans de Quervain 148
– Verletzung, akute, Brustwirbelsäule 108
– Verletzung, akute, Halswirbelsäule 97
– Verletzung, knöcherne extrinsische 159
– Verletzung, knöcherne intrinsische 160
– Weichteilverletzung, Ellenbogen 142
– Weichteilverletzung, Unterarm 142
– Zervikalsyndrom, akutes 100
Muskelbündelriss 70
Muskelfaserriss 68
Muskelfunktionstest
– nach Janda 125
– Schulter 125
Muskelkater 65
Muskelkrampf 65
Muskellogensyndrom siehe Kompartmentsyndrom
Muskelprellung 64
Muskelriss 71
Muskelverhärtung 66
Muskelzerrung 68
Myogelose 66
Myositis ossificans 71

N

Nadeltechniken 24
Nadelung, trockene 40
Nähr-Qi 9
Nahrungs-Qi 9
Nahrungsstagnation 223
Nässe-Hitze, Darm 223
Nervenschäden 167
Nesselsucht 235
Neue Schädelakupunktur 29
Neurodermitis 233
neurologische Untersuchung
– Halswirbelsäule 95
– Lendenwirbelsäule 111
Nieren-Essenz 10, 18, 83
Nieren-Essenz-Mangel 16
Nieren-Qi 9, 230, 231, 233
Nieren-Wasser 9
Nieren-Yang 81, 114
Nieren-Yang-Mangel 17, 114, 172, 224, 232, 246
Nieren-Yin 81, 240
Nieren-Yin-Mangel 17, 172, 238, 250

O

Obstipation 225
Ohrakupunktur 26
– akute Weichteilverletzung, Schulter 129
– Bandscheibenvorfall 106, 122
– Bursitiden 164
– Chinesische 29
– chronisches Zervikalsyndrom 101, 104
– Coxarthrose 155
– Coxa saltans 163
– Dorsalgie 110
– Epicondylopathia humeri radialis u. ulnaris 144
– Ermüdungsfraktur 161
– Facettengelenksarthrose 118
– Karpaltunnel-Syndrom 146
– Klavikulaverletzungen 137
– Kniegelenk, Verletzung 172, 173
– Lumbalsyndrom, chronisches 115
– Lumboischialgie 116
– nach Nogier 29
– Rotatorenmanschettenruptur 135
– Seitenbandverletzung, ulnare 149
– Spondylolisthese 120
– Styloiditis radii 145
– Symphysensyndrom 166
– Tendinosis calcarea 131
– Tendovaginitis stenosans de Quervain 148
– Verletzung, akute, Brustwirbelsäule 108
– Verletzung, akute, Halswirbelsäule 97
– Verletzung, knöcherne extrinsische 159
– Verletzung, knöcherne intrinsische 160
– Weichteilverletzung, Ellenbogen 142
– Weichteilverletzung, Unterarm 142
– Zervikalsyndrom, akutes 99
Osteochondrosis dissecans 85, 181

aus: Strich u. a., TCM in der Sportmedizin (ISBN 978-3-8304-7381-7) © 2011 Karl F. Haug Verlag

P
painful arc 125
Palpation
– Brustwirbelsäule 107
– Ellenbogen, Unterarm und Hand 140
– Extremität, obere 125
– Extremität, untere 151
– Halswirbelsäule 93
– Kniegelenk 169
– Lendenwirbelsäule 111
– Schulter 125
– Wirbelsäule 93
Patellaluxation 181
pathogene Faktoren
– Feuchtigkeit/Schleim 81
– Hitze 81
– Kälte 81
– Wind 26, 81
PECH-Regel 74, 128
Peritendinitis 198
Peronealsehnen, Beschwerden 203
Pivot-Shift-Test 171
Plicasyndrom 185
Prellung/Distorsion, der LWS 112

Q
Qi 8–10
– absinkendes 9
– Abwehr-Qi 9
– Formen 8
– freier Fluss 22
– Funktionen 9
– Nähr-Qi 9
– Nahrungs-Qi 9
– Qi-Mangel 9, 226
– Qi-Schwäche, Lunge und Milz 229
– Qi-Stagnation 42
– Qi-Stase 63, 75
– Qi-Stau 9
– rebellierendes 10
– Sammel-Qi 9
– Syndrome 9
– Ursprungs-Qi 8
– Wahres-Qi 9
Qigong 3

R
Relokations-Test 127
Rezepturen
– An Shen Ding Zhi Wan 243
– Bai Hu Tang 221
– Ban Xia Bai Zhu Tian Ma Tang 240
– Bao HeWan 220
– Ba Zhen Tang 239
– Bi Xie Shen Shi Tang 234
– Bu Fei Tang 244
– Bu Gan Tang 249
– Bu Shen Zhuang Jin Tang 77
– Chai Hu Shu Gan Tang 220
– Cheng Yang Li Lao Tang 246
– Ding Chuan Tang 232
– Fu Zi Li Zhong Wan 246
– Ge Gen Qin Lian Tang 223
– Gui Pi Tang 242
– Hai Tong Pi Tang 64
– Huang Qi Jian Zhong Tang 222
– Huang Qi Tang 226
– Jin Gui Shen Qi Wan 233
– Ling Gui Zhu Gan Tang und Yu Ping Feng San 229
– Liu Jun Zi Tang 245
– Liu Jun Zi Tang und Wu Wei Zi und Yu Zhu und Huang Jing 245
– Liu Mo Tang 226
– Long Dan Xie Gan Tang 241
– Ma Zi Ren Wan 225
– Qing Re Shen Shi Tang 235
– Qing Xing Tui Zhong Gao 62
– Run Chang Wan 227
– Sang Ju Yin 229
– Sha Shen Mai Men Dong Tang 248
– She Gan Ma Huang Tang 231
– Shen Ling Bai Zhu Tang 224
– Shu Jin Huo Xue Tang 76
– Si Huang San 76
– Si Shen Wan 225
– Si Wu Tang 248
– Si Zhi Sun Shang Xi Fang 76
– Tian Ma Gou Teng Yin 238
– Tian Wang Bu Xin Dan 242, 248
– Tong Qiao Huo Xue Tang 240
– Wen Dan Tang 221
– Wen Yang Hua Yin Tang 230
– Wu Jia Pi Tang 63
– Xiao Feng Chong Ji 235, 236
– Xiao Qing Long Tang 228
– Xue Fu Zhu Yu Tang 47
– Yang Wei Tang 222
– Yang Xin Tang 247
– Yi Wei Tang 249
– You Gui Wan 247
– Zhi Shang Er Fang 63
– Zhi Shang San Fang 63
– Zhi Shang Yi Fang 62
– Zuo Gui Wan 239, 250
Risswunde 88
Rotatorenmanschettenruptur 134

S
Schienbeinkantensyndrom 205
Schlafstörung 240
Schleimbeutelentzündung 200
Schleim, heißer 231
– in Magen 219
Schmerz, epigastrischer 219
Schnittwunden 88
Schober-Zeichen 111
Schröpfen 52
Schröpfmassage 53
Schubladenzeichen, vorderes 191
Schulter, Weichteilverletzung akute 128
Schürfwunde 88
Schwäche, Milz- und Lungen-Qi 232
Schwächungs-Zyklus 13
Seitenbandruptur, Knie
– laterale 177
– mediale 176
Seitenbandverletzung, ulnare des Daumens 148
Sensibilitätsprüfung, Hüftregion 152
Sesambein, Beschwerden 213
Shen 11, 20
Sheng-Zyklus siehe Hervorbringungs-Zyklus
shin splints 205
Somatotop(ien) 27, 31
Spondylarthrose siehe Facettengelenksarthrose
Spondylolisthese 118
Sportschaden 5, 17
– Ursachen 4
Sport, Stellenwert 2
Sportverletzung 4, 17
– Ätiologie 17
– Chinesische Phytotherapie 19
– Körperakupunktur 18
– Schröpfen 19
– Tuina 18
– Ursachen 4
Sprengel-Deformität 124
Sprinterfraktur 160
Sprunggelenk, Arthrose 198
Stabilität, Prüfung des Kniegelenks 171
Stener-Läsion 149
Störung, gastrointestinale 218
Styloiditis radii 144
Symphysensyndrom 164
Syndesmosenverletzungen 195
Syndrome 237
– Bi 81
– Herz 15, 46
– Jing 11
– Leber 15, 247
– Magen 16, 49, 244
– Qi 9
– Xue 10
– Yin u. Yang 8
Synovitis, chronische 85

T
Tai Chi Chuan 3
Tendinitis 77
Tendinosis calcarea 130
Tendopathie 182

aus: Strich u. a., TCM in der Sportmedizin (ISBN 978-3-8304-7381-7) © 2011 Karl F. Haug Verlag

Tendovaginitis stenosans de Quervain 146
Thomas-Handgriff 151
Thompson-Test 201
Tibialis-posterior-Sehne, Beschwerden 202
Trendelenburg-Test 152
Tuina 51
– Bandscheibenvorfall 106, 122
– Dorsalgie 110
– Epicondylopathia humeri radialis 144
– Epicondylopathia humeri ulnaris 144
– Facettengelenksarthrose 118
– Lumbalsyndrom, chronisches 115
– Lumboischialgie 116
– Prellung (Distorsion) 113
– Rotatorenmanschettenruptur 135
– Spondylolisthese 120
– Tendinosis calcarea 132
– Verletzung, akute, Brustwirbelsäule 108
– Verletzung, akute, Halswirbelsäule 98
– Zervikalsyndrom, akutes 100
Turfzehensyndrom 212

U

Überkontroll-Zyklus 14
Übermittler-Droge 44
Übertrainingssyndrom 243
Unhappy Triad 175
Untersuchung, Wirbelsäule 92
Ursprungs-Qi 8
Urtikaria siehe Nesselsucht

V

Valgusstress 171
Verachtungs-Zyklus 13
Verletzung, knöcherne extrinisische 159
Verletzung, knöcherne intrinsische 160
Very-Point-Technik 27

W

Wasser-Element 14
Wettkampfvorbereitung 19
Widerstandstest
– Ellenbogen, Unterarm und Hand 140
– Extremitäten, obere 125
– Kniegelenk 172
– Schulter 125
Wind-Hitze 228, 235
Wind-Kälte 228
Wind-Nässe 234
Wu-Zyklus siehe Verachtungs-Zyklus

X

Xue 10

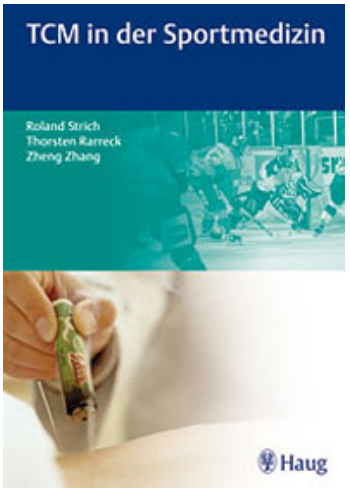
Y

Yamamoto Neue Schädelakupunktur (YNSA) siehe Neue Schädelakupunktur
Yang
– Yang-Mangel 8, 25, 36, 55
– Yang-Organ 7, 14
– Yang-Überschuss 8
– Zuordnungen 7
Yin
– Yin-Mangel 8, 226, 235, 241
– Yin-Organ 7, 14
– Yin-Überschuss 8
– Zuordnungen 7
Yin und Yang 6
– Abhängigkeit, gegenseitige 7
– Dynamik 7
– Syndrome 8
– Umwandlung, gegenseitige 7
YNSA siehe Neue Schädelakupunktur
Ypsilon-Punkte, Schädelakupunktur 31

Z

Zervikalsyndrom, akutes 98
– chronisches 100
Zerviko-Brachialgie 102

aus: Strich u. a., TCM in der Sportmedizin (ISBN 978-3-8304-7381-7) © 2011 Karl F. Haug Verlag




Strich / Rarreck / Zhang

TCM in der Sportmedizin

240 pages, hb
publication 2010

order

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