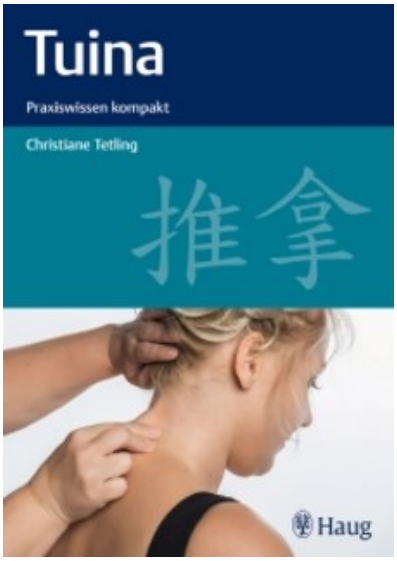
Christiane Tetling
Tuina - Praxiswissen kompakt

Reading excerpt

Tuina - Praxiswissen kompakt
of Christiane Tetling
Publisher: MVS Medizinverlage Stuttgart



http://www.narayana-verlag.com/b18147

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

Widmung 5

Vorwort 6

Teil 1 Tuina im Überblick

1 Einführung und Geschichte 12
1.1 Geschichtlicher Überblick 12
1.2 Bedeutung der TCM und Tuina in China 13
1.3 Tuina und westliche manuelle Therapie 14
1.3.1 Wirkung von Tuina nach den Lehren der TCM 14
1.3.2 Wirkung von Tuina aus Sicht der westlichen Medizin 15
1.4 Kompetenz eines Tuina-Therapeuten . . 15
1.4.1 Selbstkompetenz und Sozialkompetenz . 15
1.4.2 Fach- und Methodenkompetenz 15
1.5 Tuina in Kombination mit anderen Verfahren 16
1.5.1 Gua Sha – Schaben 16
1.5.2 Ba Guan – Schröpfen 16
1.5.3 Moxibustion 17
1.5.4 Chinesische Phytotherapie 19

2 Wirkung und Behandlungsprinzipien 20
2.1 Grundbegriffe 20
2.1.1 Yin und Yang 20
2.1.2 Die Substanzen (Säfte) 21
2.1.3 Pathogene Faktoren 22
2.2 Zwei Hauptbehandlungsprinzipien in der Tuina-Therapie 29
2.3 Ba Gang 29
2.4 Acht Behandlungsprinzipien Ba Fa in der Tuina 29
2.4.1 Bu Fa – Tonisieren und Stützen 29
2.4.2 Wen Fa – Wärmen, Dynamisieren 30
2.4.3 Tong Fa – Lösen von Qi- und Xue-Blockaden 30
2.4.4 Xie Fa – Ausleiten, Sedieren, Zerstreuen. 30
2.4.5 San Fa – Abführen, Zerstreuen, Auflösen 30
2.4.6 Han Fa – Schweiß treiben, Ausleiten 30
2.4.7 He Fa – Harmonisieren 30
2.4.8 Qing Fa – Kühlen, Ableiten, Klären 30
2.5 Behandlungsvorbereitungen 31
2.5.1 Behandlungsvorbereitung für den Patienten 31
2.5.2 Behandlungsvorbereitungen für den Therapeuten 31
2.6 Allgemeine Indikationen für eine Tuina-Behandlung 39
2.6.1 Orthopädische Krankheitsbilder 39
2.6.2 Neurologische Krankheitsbilder 40
2.6.3 Krankheitsbilder der Inneren Medizin . . . 40
2.6.4 Gynäkologische Erkrankungen 40
2.7 Bedingte und absolute Kontraindikationen in der Behandlung mit Tuina 40
2.8 Reaktionen auf die Tuina-Behandlung . 40
2.9 Das Leitbahnsystem Jing Luo in der Tuina 41
2.10 Tendinomuskuläre Leitbahnen (TML) . . 42
2.10.1 Pathologie der einzelnen TML 43
2.11 Außerordentliche Gefäße 53
2.11.1 Konzeptionsgefäß (Ren Mai) 53
2.11.2 Lenkergefäß (Du Mai) 53
2.11.3 Durchdringungsgefäß (Chong Mai) 53
2.11.4 Gürtelgefäß (Dai Mai) 53
2.12 Die subkutanen Regionen 53

3 Anamnese und Befunderstellung . . . 54
3.1 Diagnostik nach TCM 54
3.2 Inspektion nach TCM 54
3.3 Zungeninspektion 54
3.3.1 Topografie der Zunge 56
3.4 Pulsdiagnose 57
3.4.1 Organzuordnung zur Pulsposition 57
3.5 Diagnose durch Hören und Riechen . . . 58
3.5.1 Stimme und Atmung 58
3.5.2 Gerüche 58
3.6 Inspektion und Palpation nach TCM . . . 58
3.6.1 Inspektion nach TCM 58
3.6.2 Palpation nach TCM 58

aus: Tetling, Tuina (ISBN 9783830477709) © 2015 Karl F. Haug Verlag

3.7 Diagnose durch Inspektion und Palpation des Bewegungsapparates 59
3.7.1 Inspektion des Bewegungsapparates 59
3.7.2 Inspektion der Extremitäten 60
3.7.3 Inspektion der Muskulatur 60
3.7.4 Funktionsprüfung der Gelenke 60
3.8 Spezifische Untersuchungsmethoden . . 60
3.8.1 Körperliche Untersuchung 60
3.8.2 Untersuchung der Muskulatur 61
3.8.3 Untersuchung auf Gangstörungen 61
3.8.4 Untersuchung der Wirbelsäule und des Beckens 62
3.8.5 Funktionsprüfungen zur Beweglichkeit . . 63
3.8.6 Untersuchung des Schultergelenks 65
3.8.7 Untersuchung des Ellenbogengelenks . . . 65
3.8.8 Untersuchung der Hand/Finger 65
3.8.9 Untersuchung des Hüftgelenks 65
3.8.10 Untersuchung des Kniegelenks 66
3.8.11 Untersuchung des Sprunggelenks und Fußes 66
3.8.12 Untersuchung des Kopfes 67
3.8.13 Untersuchung der Reflexe 67
3.8.14 Untersuchung der einzelnen Spinalnerven 68

Teil 2 Einführung in die Tuina-Techniken

4 Tuina-Techniken 70
4.1 Übersicht Tuina-Techniken 70
4.2 Tuina-Techniken im Einzelnen 72
4.2.1 Allgemeine Techniken 74
4.2.2 Perkussionstechniken 89
4.2.3 Mobilisationstechniken 91
4.2.4 Behandlung mit den Füßen 93
4.3 Allgemeine Mobilisationstechniken, Traktionstechniken 94
4.3.1 Blockierungen 95
4.3.2 Allgemeine Traktionstechniken 96
4.4 Spezielle Behandlungstechniken für einzelne Körperregionen 97
4.4.1 HWS-Techniken 97
4.4.2 BWS-Techniken 98
4.4.3 LWS-Techniken 100
4.4.4 Mobilisation des Iliosakralgelenks (ISG) . . 103
4.4.5 Techniken zur Behandlung der oberen Extremität 105
4.4.6 Techniken für die Gelenke an Hand und Fuß 106
4.4.7 Techniken zur Mobilisation der Hand und Fingergelenke 107
4.4.8 Techniken zur Behandlung der unteren Extremität 108
4.4.9 Ganzkörpertechniken 109
4.5 Erstellen einer Behandlungsstrategie . . . 110
4.5.1 Leitfaden für die Vorgehensweise 110
4.5.2 Anschlusstermin 116

5 Erstellen einer individuellen Tuina-Behandlungsabfolge 117
5.1 Phasen der Behandlung 117
5.2 Entwicklung einer Behandlungsstrategie 117
5.2.1 Praktisches Beispiel einer Behandlungsstrategie: Patientin mit Schmerzen und Bewegungseinschränkungen 117
5.2.2 Körperliche Untersuchung 118
5.2.3 Westliche und TCM-Diagnose 119
5.2.4 Behandlungsablauf 119
5.2.5 Allgemeine Funktionsanalyse 120
5.2.6 Abfolge auf einen Blick 120

6 Konstitutionstypen 121
6.1 Yang-Typ 121
6.2 Yin-Typ 121
6.3 Chinesische Konstitutionstypen 122
6.3.1 Konstitution Holz 122
6.3.2 Konstitution Feuer 122
6.3.3 Konstitution Erde 122
6.3.4 Konstitution Metall 122
6.3.5 Konstitution Wasser 123
6.4 Konstitutionelle Massage 123
6.4.1 Allgemeine Behandlung bei Qi-Schwäche 123
6.4.2 Leber-Qi-Stagnation (Gan Qi Yu Jie) 124
6.4.3 Milz-Qi-Mangel 126
6.4.4 Nieren-Yang-Mangel 127
6.4.5 Nieren-Yin-Mangel 127
6.4.6 Blut-Stase durch Schwäche 128

aus: Tetling, Tuina (ISBN 9783830477709) © 2015 Karl F. Haug Verlag

7 Standard-Behandlungsmodule der einzelnen Körperareale 129
7.1 Grundbehandlung Kopf 129
7.2 Grundbehandlung Gesicht 132
7.3 Grundbehandlung Nacken 134
7.4 Grundbehandlung Thorax 138
7.5 Grundbehandlung Bauch 140
7.6 Grundbehandlung Arme 142
7.7 Grundbehandlung Rücken 145
7.8 Grundbehandlung Beine 148
7.9 Grundbehandlung Fuß 153
7.10 Ganzkörpermassage 156

Teil 3 Prävention und Indikationen

8 Definition und Übungsanleitungen . 158
8.1 Definition nach der TCM 158
8.2 Übungsanleitungen 159
8.2.1 Pflege des Qi 159
8.2.2 Qi-Gong-Zustand 160
8.2.3 Kraft der Gedanken und Vorstellungen . 160
8.2.4 Präventive Behandlungen für den Patienten 161
8.2.5 Ganzkörperbehandlung mit Tuina zum Abbau von Stress 162

9 Krankheitsbilder 172
9.1 Schmerz aus Sicht der TCM 172
9.1.1 Pathologie 172
9.1.2 Allgemeine Schmerzcharakterbeschreibung 172
9.1.3 Schmerzanamnese 173
9.2 Allgemeine Ursachen für die Erkrankungen des Bewegungsapparates aus Sicht der TCM 173
9.2.1 Klimatische Faktoren 173
9.2.2 Emotionale Faktoren 173
9.2.3 Örtlicher Qi-Mangel 173
9.3 Häufige Erkrankungen des Bewegungsapparates 173
9.3.1 Myogelosen 173
9.3.2 Halswirbelsäulensyndrom 174
9.3.3 HWS-Syndrom durch Qi- und Blut-Stagnation 175
9.3.4 Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) . 177
9.3.5 Läsionen der Schulter 178
9.3.6 Impingement-Syndrom (Engpass-Syndrom) 178
9.3.7 Frozen Shoulder 179
9.3.8 Epicondylitis humeri 180
9.3.9 Karpaltunnelsyndrom (KTS/CTS) 180
9.3.10 Ischialgie/Lumbalgie, lumbales Schmerzsyndrom 181
9.3.11 Funktionelle IGS-Blockade 183
9.3.12 Mausarm (RSI) 183
9.3.13 Arthrose (Arthrosis deformans) 184
9.3.14 Achillodynie 185
9.3.15 Rheumatischer Formenkreis 186
9.4 Neurologische Erkrankungen 189
9.4.1 Idiopathische Fazialisparese 189
9.4.2 Migräne 190
9.4.3 Kopfschmerz Typ Wind-Kälte 191
9.4.4 Kopfschmerz Typ Milz-Schwäche 192
9.4.5 Schmerzen im gesamten Kopfbereich .. 192
9.5 Gynäkologische Erkrankungen 192
9.5.1 Dysmenorrhö 192
9.5.2 Klimakterische Beschwerden 193
9.6 HNO-Erkrankungen 194
9.6.1 Allergische Rhinitis 194
9.6.2 Grippaler Infekt 195
9.6.3 Asthma bronchiale 195
9.7 Innere Erkrankungen 196
9.7.1 Obstipation 196
9.7.2 Diarrhö 198
9.7.3 Hypertonie 199
9.7.4 Hypotonie 200
9.7.5 Adipositas 201
9.7.6 Erektile Dysfunktion 202
9.7.7 Konzentrationsschwäche 202
9.7.8 Schlafstörungen 203
9.8 Traumatologie 204
9.8.1 Traumata 204
9.8.2 Verletzung von Gelenken 205
9.8.3 Narbenbehandlung 206
9.8.4 Morbus Sudeck 207

aus: Tetling, Tuina (ISBN 9783830477709) © 2015 Karl F. Haug Verlag

10 Rezepte für Öle und Kräuterzubereitungen 211
10.1 Öle/Trägeröle 211
10.1.1 Rezeptur für eine Trägerölmischung 212
10.1.2 Öl-Rezepturen zur Anwendung in der Tuina 212
10.2 Säfte 213
10.2.1 Ingwersaft 213
10.2.2 Weitere Säfte zur lokalen Anwendung . . . 213
10.3 Puder 213
10.4 Alkoholische Zubereitungen 214
10.5 Kräuterrpflaster 214
10.5.1 Patentrezeptur „Die da Zhen Tong Gao“ (Brown-Pflaster) 214
10.5.2 Patentrezeptur Yunnan Baiyao 214
10.6 Symphytum officinalis (Beinwell) 215
10.7 Ergänzende bewährte Kräuterrezeptur . 215

Teil 4 Berufskunde

11 Therapie mit Tuina 218
11.1 Abrechnung 218
11.2 Patientendatenbogen 218

Teil 5 Anhang

12 Übersicht der Leitsymptome 220
13 Tuina-Techniken in alphabetischer Reihenfolge 223
14 Literatur 224
15 Adressen 225
15.1 Deutschland 225
15.2 Schweiz 225
15.3 Österreich 225
16 Abbildungsnachweis 226
Sachverzeichnis 227

aus: Tetling, Tuina (ISBN 9783830477709) © 2015 Karl F. Haug Verlag

Christiane Tetling

Tuina - Praxiswissen kompakt

240 pages, pb
publication 2015

order

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