

Inhalt

| | |
|--|-----------|
| Übersicht über das elektronische Zusatzmaterial | 9 |
| Geleitwort | 11 |
| Vorwort | 13 |
| Entstehung und Entwicklung des Konzeptes: »Begleitende Hände – Akupressur in Pflege und Betreuung« | 13 |
| 1 Grundlagen | 15 |
| 1.1 Punkte | 15 |
| 1.2 Leitbahnen | 16 |
| 1.3 <i>qi</i> | 17 |
| 1.4 <i>Yin</i> und <i>Yang</i> | 18 |
| 1.5 Funktionskreise und Wandlungsphasen | 20 |
| 2 »Begleitende Hände« – Punktlokalisation, Druckstärke, Verweilen | 25 |
| 2.1 <i>Wuwei</i> | 25 |
| 2.2 Punkte finden | 26 |
| 2.3 Verweilen auf den Punkten | 29 |
| 2.4 Patienten sind bekleidet bei der Anwendung der Punkte | 31 |
| 3 Anleitung von Angehörigen | 32 |
| 4 Kontraindikationen und mehr | 38 |
| 4.1 Kontraindikationen aus Sicht der Pflege-/ Betreuungskraft | 38 |
| 4.2 Kontraindikationen aus Sicht der Patienten | 39 |
| 4.3 Dauerstimulationen | 39 |
| 4.4 Häufigkeit der Anwendung von Akupressursequenzen | 39 |
| 5 Dauerstimulation einzelner Punkte | 40 |
| 5.1 Dauerstimulation einzelner Fernpunkte | 40 |
| 5.2 Dauerstimulation von Lokalpunkten mit Gitterplastern | 43 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| 5.3 | Kombination von Gitterpflastern mit Dauerstimulation von Fernpunkten | 46 |
| 5.4 | Allgemeine Empfehlungen und Kontraindikationen | 46 |
| 6 | Basisbausteine | 48 |
| 6.1 | Basisbaustein: Das <i>qi</i> wecken | 48 |
| 6.2 | Basisbaustein: Schulter, Kiefer, Nacken | 58 |
| 6.3 | Basisbaustein: <i>ampuku</i> -Bauchmassage | 66 |
| 6.4 | Handakupressur | 75 |
| 7 | Regional wirksame und andere Fernpunkte zur Behandlung von Schmerzen, Spastik, Kontrakturen und mehr | 84 |
| 7.1 | Zusammenhang von Qi-Fülle bzw. -Leere, Muskeltonus, Beweglichkeit und Schmerz | 84 |
| 7.2 | Regional wirksame Fernpunkte | 86 |
| 7.3 | Weitere Punkte für spezifische Symptome | 93 |
| 8 | Behandlung von Kontrakturen, Schmerz und Bewegungseinschränkungen nach dem <i>wuwei</i>-Prinzip | 100 |
| 8.1 | Akupressur zur Vorbereitung der Kontrakturbehandlung | 100 |
| 8.2 | Mobilisation kontrakter Gelenke nach dem <i>wuwei</i> -Prinzip | 102 |
| 9 | Behandlung von Atemstörungen | 107 |
| 9.1 | Pathologie und Behandlung | 107 |
| 9.2 | Unfähigkeit zur vollständigen Einatmung – Schwäche | 108 |
| 9.3 | Die Unfähigkeit vollständig auszuatmen – Blockade, Stauung und Fülle | 110 |
| 9.4 | Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf die Atmung | 112 |
| 10 | Behandlung von Ödemen und Harnverhalt | 114 |
| 10.1 | Ödeme in der oberen Körperhälfte | 114 |
| 10.2 | Gesichtsödeme | 116 |
| 10.3 | Ödeme in der unteren Körperhälfte | 118 |
| 10.4 | Harnverhalt | 122 |
| 10.5 | Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf Ödeme | 123 |
| 11 | Behandlung von Übelkeit, Appetitlosigkeit und Schluckauf | 124 |
| 11.1 | Pe 6 | 124 |
| 11.2 | Übelkeit, Appetitlosigkeit, Schwäche | 130 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 11.3 | Schluckauf | 131 |
| 11.4 | Regulierung des Speichelflusses | 132 |
| 12 | Behandlung von Verstopfung und Durchfall | 134 |
| 12.1 | Verstopfung | 135 |
| 12.2 | Durchfall..... | 139 |
| 12.3 | Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf Durchfall und Verstopfung..... | 139 |
| 13 | Behandlung von Angst, Unruhe, Schmerz und Schlaflosigkeit | 141 |
| 13.1 | Angst und Unruhe aus Sicht der chinesischen Medizin..... | 141 |
| 13.2 | Pathologie und Behandlung | 144 |
| 13.3 | Schmerz | 150 |
| 13.4 | Schlaflosigkeit..... | 151 |
| 13.5 | Wirkung der einzelnen Punkte in Bezug auf Angst und Unruhe | 152 |
| 14 | Behandlung bei demenzbedingten Symptomen | 154 |
| 14.1 | Akupressur kann Demenzkranke beruhigen..... | 154 |
| 14.2 | Projekt zur Wirkung von Akupressur auf demenzspezifische Symptome..... | 154 |
| 14.3 | Bausteine..... | 158 |
| 14.4 | Besonderheiten zur Ausführung..... | 158 |
| 14.5 | Demenz und Schmerz | 159 |
| 15 | Finalphase..... | 162 |
| 15.1 | Seele | 162 |
| 15.2 | Wenn <i>Yin</i> und <i>Yang</i> sich trennen | 163 |
| 15.3 | Bausteine..... | 165 |
| 16 | Punkte, Lokalisationen und Indikationen | 167 |
| 16.1 | Punkte der Lungenleitbahn..... | 168 |
| 16.2 | Punkte der Dickdarmleitbahn | 170 |
| 16.3 | Punkte der Magenleitbahn | 172 |
| 16.4 | Punkte der Milzleitbahn | 179 |
| 16.5 | Punkte der Herzleitbahn | 182 |
| 16.6 | Punkte der Dünndarmleitbahn | 185 |
| 16.7 | Punkte der Blasenleitbahn..... | 187 |
| 16.8 | Punkte der Nierenleitbahn | 194 |
| 16.9 | Punkte der Pericardleitbahn | 197 |
| 16.10 | Punkte der dreifachen Erwärmerleitbahn | 201 |
| 16.11 | Punkte der Gallenblasenleitbahn | 204 |
| 16.12 | Punkte der Leberleitbahn | 208 |
| 16.13 | Punkte des Konzeptionsgefäßes | 210 |
| 16.14 | Punkte des Lenkergefäßes | 215 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 17 | Zusammenfassung der Punkte nach Regionen und Indikationen | 218 |
| 18 | Leitbahnen und Handakupressur | 220 |
| | Zusatzmaterial zum Download | 236 |
| | Schulungen | 237 |
| | Danke | 238 |
| | Literatur | 239 |