

# Akupunktur

Mehr als eine Schmerztherapie

**Unser Körper - Spiegel der Seele**



## Praxis für Ganzheitsmedizin

**Inge Bastian - Helm**

Heilpraktikerin

Heinrichstrasse 4

67547 Worms

Tel. (06241) 975 546

Internet: [Ganzheitsmedizin-worms.de](http://Ganzheitsmedizin-worms.de)

E-mail: [inge.helm@web.de](mailto:inge.helm@web.de)

Akupunktur

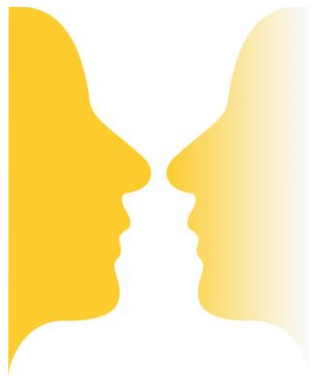
Klassische Homöopathie

Kinderakupunktur

Psychokinesiologie

Gestalttherapie

Identitätsorientierte Psychotherapie

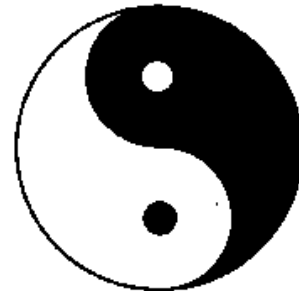


# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### Die Lehre der fünf Elemente in der TCM

- Die Entstehung erklärt sich aus der chinesischen Philosophie.
- Sie baut auf dem **TAO** auf
  - dem einen aus dem alles entsteht
  - in das alles zurückgeht
  - das alles in sich vereint, das untrennbare Ganze.
- Aus dem **TAO** entstehen zwei Teilaspekte
  - zwei polare Kräfte: **Yin und Yang**.





# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### Die fünf Elemente

- weitere Unterteilung von Yin und Yang in fünf unterschiedliche Energieformen
- Jedem Element werden bestimmte Aspekte des Lebens zugeordnet:
  - Körperliche
  - geistige und
  - seelische Funktionsbereiche des Menschen
- Unterschiedliche Aspekte sind untrennbar miteinander verbunden





# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

*Fünf Elemente lehre im Jahreskreislauf*

- Wasser steht unten als ruhender Ausgangspunkt und entspricht dem Winter.
- Holz folgt als vorbereitende, expandierende Phase, (Vor)frühling
- Feuer bildet den Höhepunkt der eigentlichen Aktion; es steht für den Sommer
- Erde steht für den wandelnden Aspekt sowie den Spätsommer
- Metall konzentriert und strukturiert entsprechend der Reifung im Herbst
- Dem schließt sich wieder die Ruhephase (Wasser) an.





Erde



Milz



Magen



Mund



Bedenken



Metall



Lunge



Dickdarm



Haut



Trauer



Wasser



Niere



Blase



Ohr



Angst



Holz



Leber



Gallenblase



Auge



Wut



Feuer



Herz



Dünndarm



Zunge



Freude



# Akupunktur

Mehr als eine Schmerztherapie

	Holz	Feuer	Erde	Metall	Wasser
Jahreszeit	Frühling	Sommer	Spätsommer	Herbst	Winter
Himmels- richtung	Osten	Süden	Zentrum	Westen	Norden
Farbe	Grün	Rot	Gelb	Weiß	Schwarz
Geschmack	Sauer	Bitter	Süß	Scharf	Salzig
Zang- Organ	Leber	Herz	Milz	Lunge	Niere
Fu- Organ	Gallen- blase	Dünndarm	Magen	Dickdarm	Blase
Emotion	Wut	Freude	Kummer, Sorge	Trauer	Angst
Klang/ Ausdruck	Schreien	Lachen	Singen	Weinen	Stöhnen
Qualität/ Eigenschaft	Aufsteigen Erzeugen, Wachsen	Ausdehnen, Strahlen, Zerstreuen	Stabilisieren, Integrieren, harmonisieren	Absteigen	Zusammen- ziehen
Manifestation/ Öffnung nach Außen	Augen	Zunge	Lippen, Mund	Nase	Ohren
Sinn	Sehen	Sprechen	Schmecken	Riechen	Hören
Wirkrichtung	Aufsteigend	Verteilend	Neutralis- ierend	Absteigend	Zusammen- ziehend
Klimatischer Faktor	Wind	Hitze	Feuchtigkeit	Trockenheit	Kälte
Geistwesen	Hun	Shen	Yi	Po	Zhi

## Fünf Elemente- lehre





# Akupunktur

## Emotionale Zuordnung

### Feuer

Herz / Dünndarm  
Sommer mit Hitze

### Freude

Liebe, Freude  
Aktiv zu sein  
Mut, Impulse

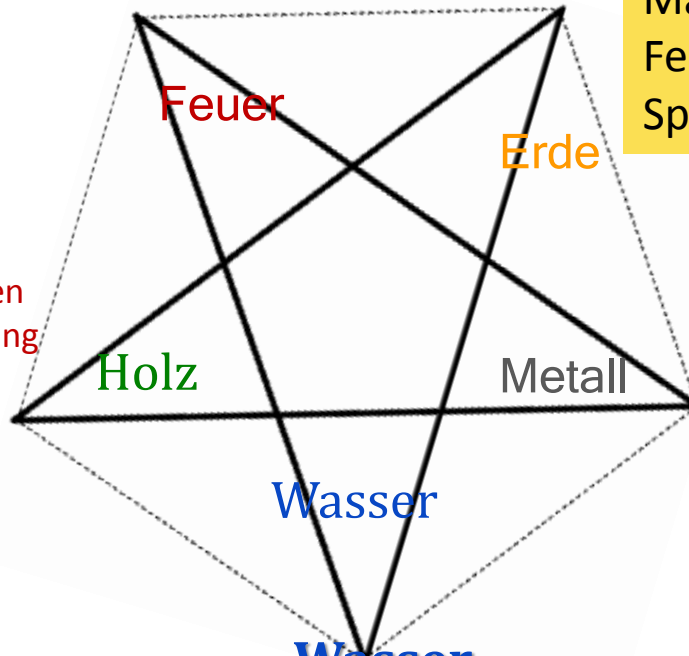
Eifersucht  
Aggression  
Hungrig, Begehren  
Erschöpfung, Drang

Leber / Galle  
Frühling / Wind

### Wut

Wut, Zorn  
Verzweiflung  
Mangelnde  
Ausdauer  
Beunruhigung

Handelnd  
Irdische Ruhe  
Wachsen  
Selbstbehauptung



### Erde

Magen / Milz  
Feuchtigkeit  
Spätsommer

Besorgnis, Hass  
Blockierte Gefühle  
Leere, Leichtsinn

Vertrauen und Wachstum  
Entspannung  
Wunsch nach Befreiung  
Ruhe und Gelöst sein  
Sinnvolles Handeln

### Metall

Lunge / Dickdarm  
Trockenheit  
Herbst

Furcht, Angst  
Ausgelaugt sein  
Verlorenheit  
Richtungslosigkeit

Heiterkeit  
Offenheit  
Klarheit  
Unschuld

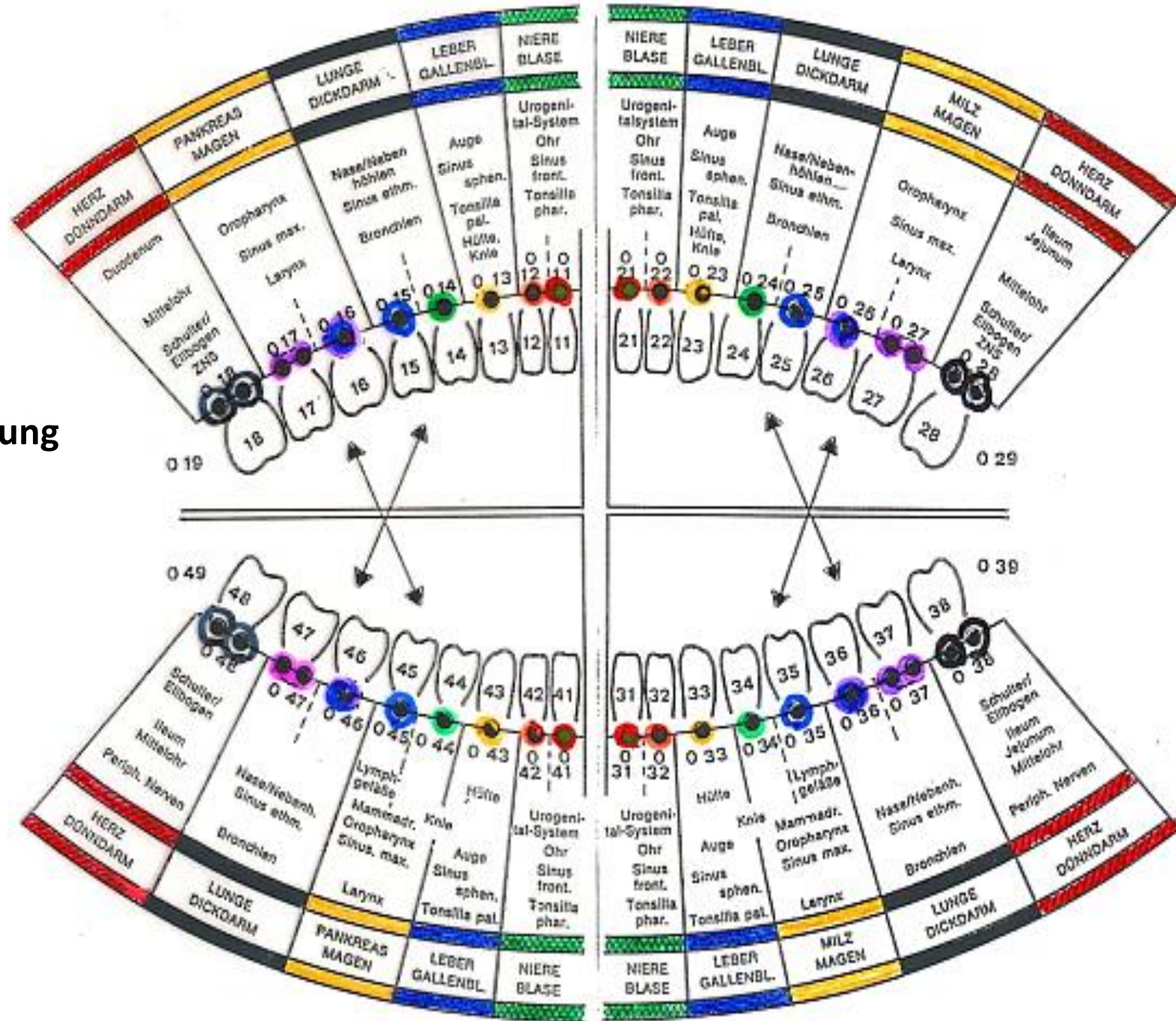
### Wasser

Niere / Blase  
Kälte / Winter

Traurigkeit, Kummer  
Trostlosigkeit  
Steifheit, Rigidität  
Innere Labilität  
Verdecken, Arroganz

Frieden  
Einsicht  
Geborgenheit  
Innere Führung  
Sicherheit

# Wechselwirkung Zähne





# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### Der Schöpfungs- oder Mutter-Kind-Zyklus (äußerer Kreis)

- Ein Element erschafft das andere Element wie die Mutter das Kind.
  - Es gibt seine Kraft weiter und trägt zu dessen Wachstum bei.
  - Ein schwaches Element gibt die Schwäche weiter.
  - Ein Element in Fülle versucht die Energie weiterzugeben.





# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### • Kontroll- oder Großvater-Enkel-Zyklus

*(Pfeile innen)*

- Im alten China waren die Großväter für die Erziehung der Enkel zuständig.
- In diesem Zyklus kontrolliert ein Element das Übernächste.
- Es versucht dessen Energie zu zügeln, wenn diese überhand nimmt.
- Ist ein Element schwach, kann es seine Kontrollfunktion nicht ausüben, den überschießenden Enkel nicht bremsen.
- Wird ein Element zu stark kontrolliert, weil der Großvater zu viel Energie darauf verwendet, stört dies die Harmonie des Enkels.



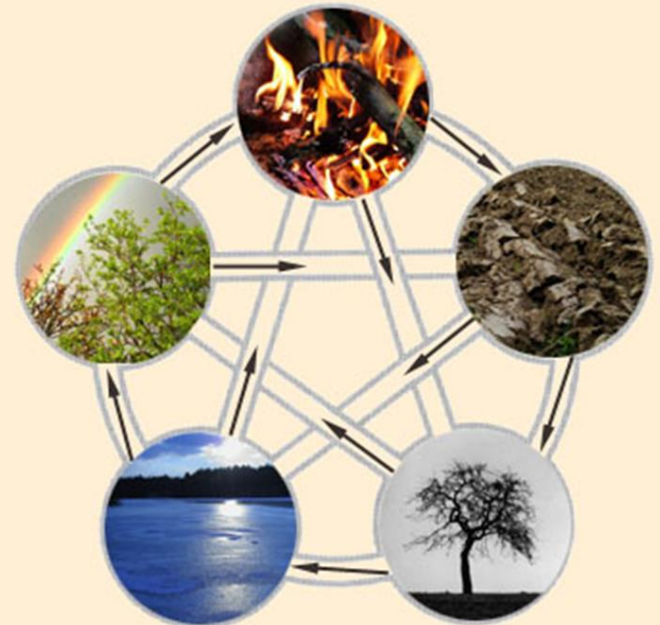


# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### Schwächungszyklus

- Jedes Element entwickelt sich durch Schwächung seines Vorgängers im Nährungszyklus (zyklische Relation entgegen dem Uhrzeigersinn). Dies entspricht der Beziehung Großmutter-Enkelkind, die Kindesmutter schwächt die Großmutter.
  - Feuer verbrennt Holz,
  - Holz saugt Wasser auf,
  - Wasser korrodiert Metall,
  - Metall zieht Mineralien aus der Erde
  - Erde erstickt Feuer.





# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

Meridiane - Lebensbahnen für das Qi

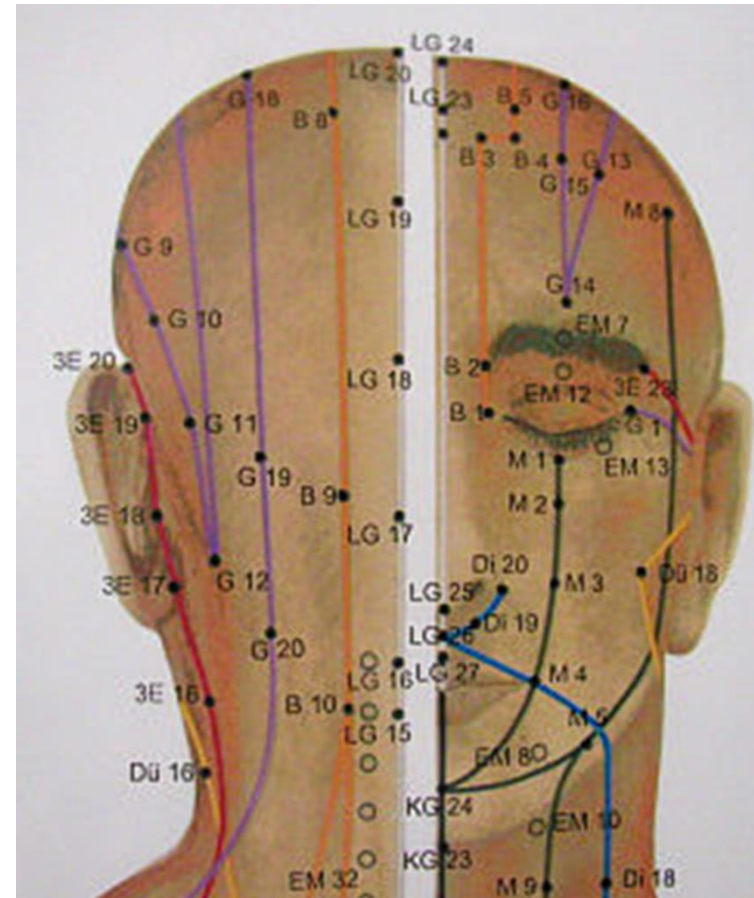
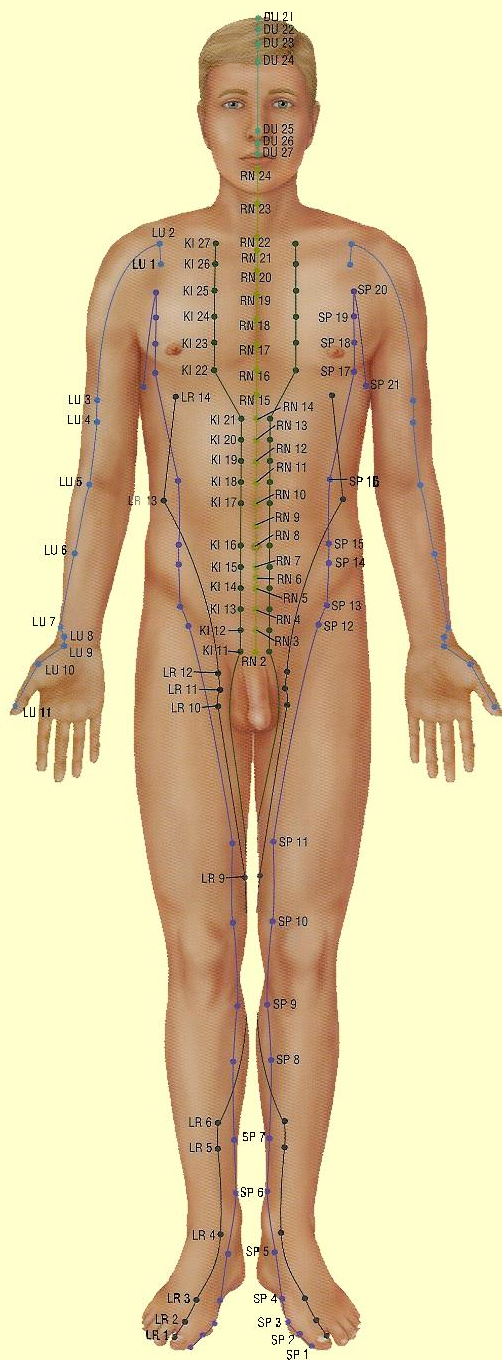
- Qi und seine energetische Information durchfließt den Organismus auf Leitbahnen, den Meridianen.
  - Diese **durchziehen unseren Körper wie ein Netzwerk**
  - **Kommunikation und Regulationssystem** innerhalb des Organismus.
  - Es gibt **zwölf Hauptmeridiane**, die jeweils als Paar auf der rechten und linken Körperseite verlaufen.
  - Jedes **Meridianpaar steht mit einem bestimmten Organ und seinem Funktionsbereich in Verbindung** und ist für dessen Versorgung mit Lebensenergie zuständig.
- Fließt die Lebensenergie ausreichend und harmonisch, sind alle Lebensfunktionen gewährleistet.
- Bei einem Mangel an Qi oder einem unausgeglichenen Energiefluss treten Störungen und nachfolgend Krankheiten auf.

# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie



## Meridianverläufe



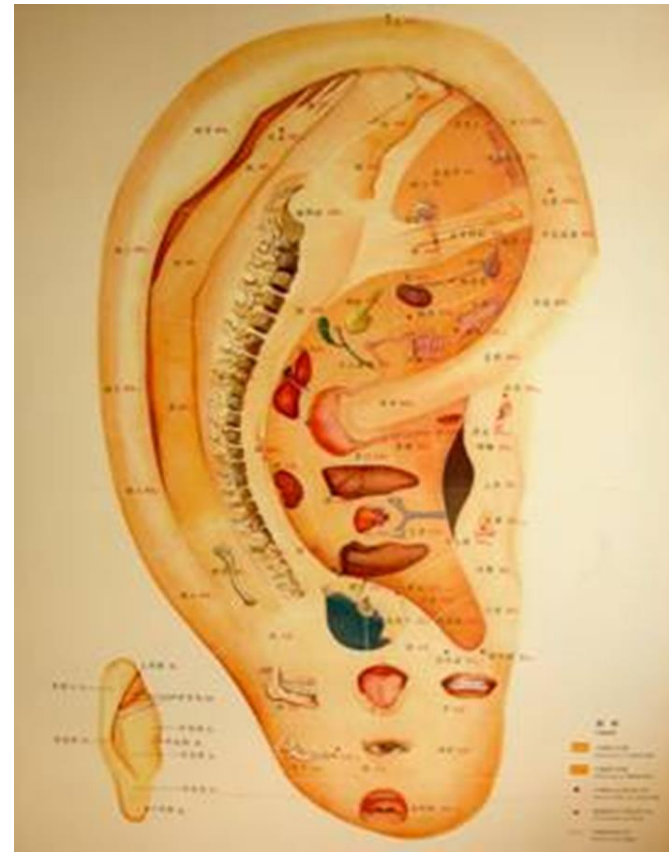
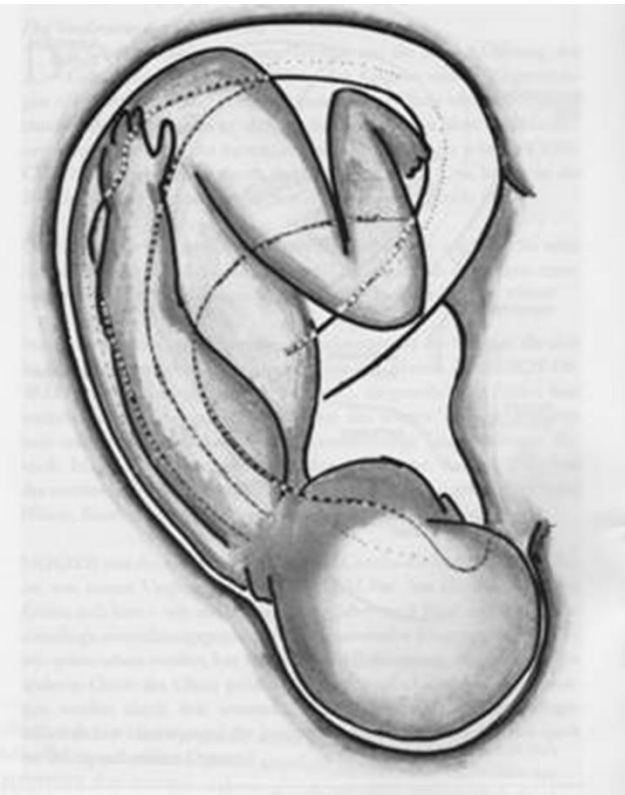


# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### Ohrakupunktur

- Reflexzonentherapie
- Stich oder eine andere Manipulation (Druck, Massage, Reizstrom, Laser, Farblicht usw.) eines reflektorisch erregbaren Areals der Ohrmuschel löst ein therapeutischer Effekt des Erfolgsorganes aus

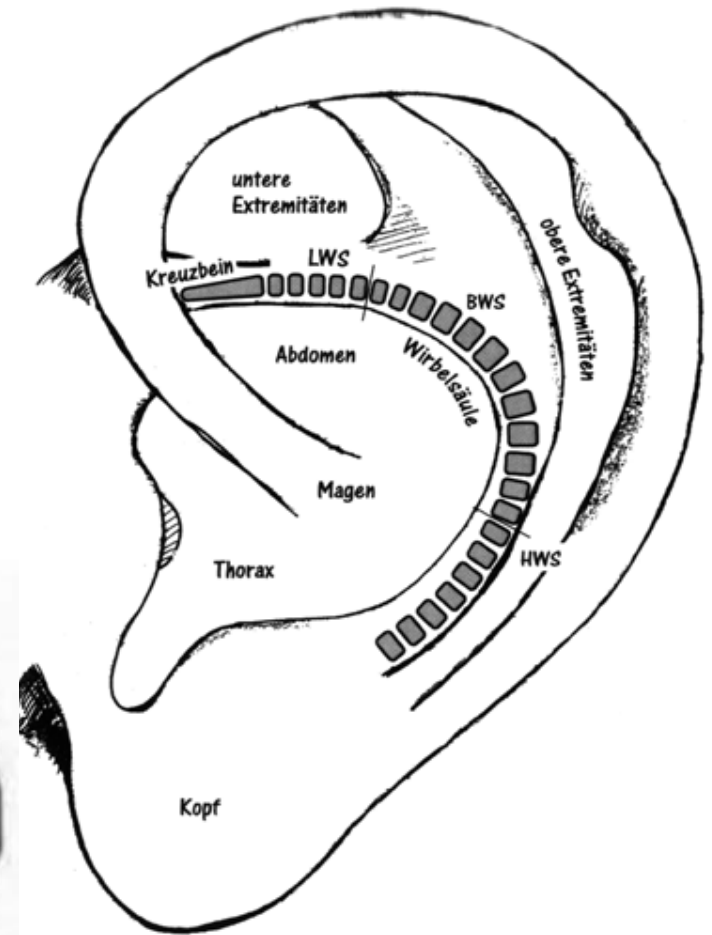
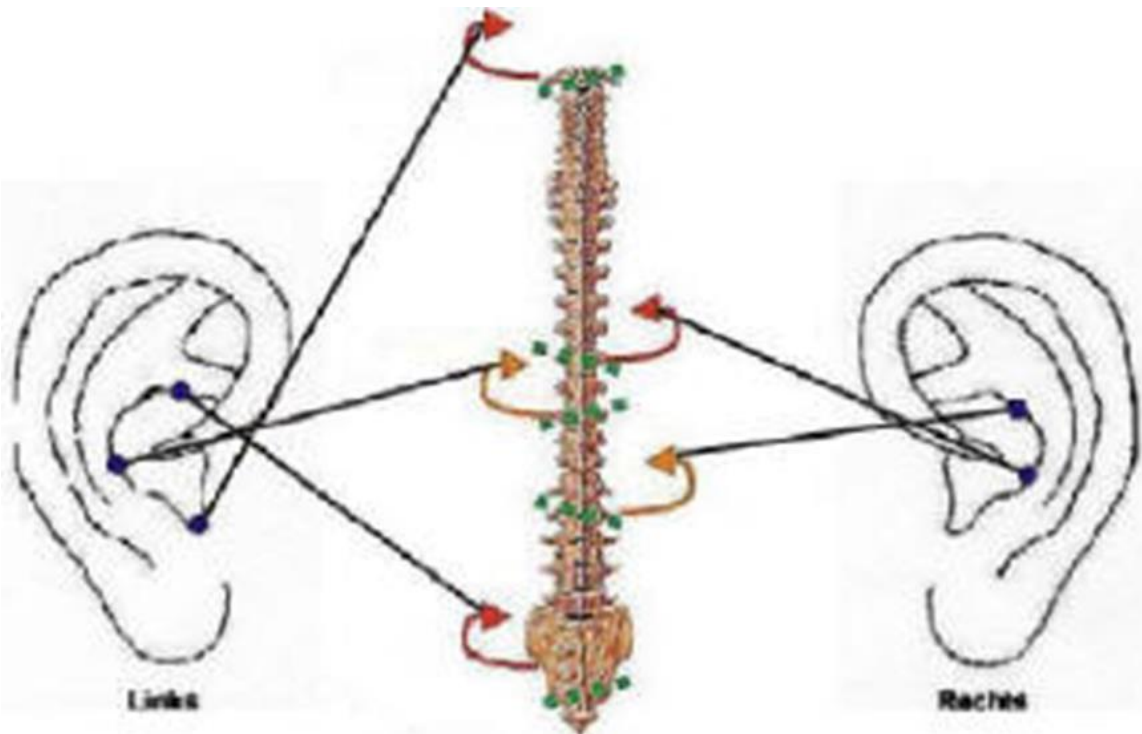




# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

Nogier: „Die Ohrmuschel ist zur gleichen Zeit ein Armaturenbrett, welches man beobachtet und ein Steuerpult über das man Krankheiten beeinflussen kann.“



b. 5 Die Spiegelung von Organen und Organsystemen im Ohr



# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### Indikationen

- **Erkrankungen der Atemwege**
  - Heuschnupfen (Allergischer Rhinitis)
  - Chronische Nasennebenhöhlenentzündung (Sinusitis)
  - Chronische Bronchitis
  - Asthma bronchiale
  - Reizhusten ohne organische Ursache
- **Erkrankungen des Verdauungstraktes**
  - Reizdarm (Colon irritabile)
  - Dickdarmerkrankungen (Morbus Crohn, Colitis ulcerose)
  - Verstopfung (Obstipation)
  - Sodbrennen, Aufstoßen (Ruktus)
  - Übelkeit und Erbrechen
  - Blähung (Meteorismus)
  - Akute und chronische Magenschleimhautentzündung (Gastritis)



# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### Indikationen

- **Herz- und Kreislauferkrankungen**
  - Bluthochdruck (Hypertonie)
  - Funktionelle Herzbeschwerden (Herzrasen)
- **Erkrankungen des Nervensystems**
  - Drehschwindel (Morbus Meniere)
  - Tinnitus
  - Kopfschmerzen (Migräne, Spannungskopfschmerzen)
  - Neuralgie (Trigeminusneuralgie, Intercostalneuralgie)
  - Ischiasschmerzen (Ischialgie)
  - Gesichtslähmung (Fazialisparese)
  - Lähmungen nach Schlaganfall (Sollte nicht länger als ein Jahr zurückliegen)
  - Polyneuropathie



# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### Indikationen

- **Erkrankungen der Harnwege und Geschlechtsorgane**
  - Reizblase
  - Unterleibsbeschwerden ohne organische Ursache
  - Impotenz, Ejakulationsbeschwerden
  - Menstruationsbeschwerden (Zyklusabhängige Schmerzen)
  - Beschwerden durch die Wechseljahre (Klimakterisches Syndrom)
- **Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparats**
  - Nacken- und Rückenschmerzen
  - Achillessehnenbeschwerden (Achillodynie)
  - Hexenschuß (Lumbago)
  - Schulter-Arm-Syndrom
  - Tennisarm (Tendinopathie)
  - Hüftschmerzen, Knieschmerzen, Allgemeine Muskelschmerzen



# Akupunktur

## Mehr als eine Schmerztherapie

### Indikationen

- **Hautkrankheiten**
  - Neurodermitis
  - Chronische Nesselsucht (Urtikaria)
  - Ekzeme
  - Schuppenflechte (Psoriasis)
  - Gürtelrose (Herpes Zoster)
- **Sonstiges**
  - Erschöpfungszustände
  - Schlafstörungen
  - Depressionen, Angstzustände
  - Nikotin- und Alkoholentwöhnung
  - Kinderwunsch, Geburtsvorbereitung
  - Stärkung des Immunsystems



# Kinderakupunktur

- Chinesischen Medizin differenziert in Fülle und Leere Muster
- Dies oft Folge
  - Falscher Ernährung
    - Zu viel
    - Unregelmäßig
    - Ungeeignet ( Fast Food), zu früh Erwachsenenkost)
    - Schlechter Verdauung
  - Pathogener Rest Faktor
    - Rest eines nicht ausgeheilten Infektes, einer Impfung oder einer angeborenen Schwäche
- Ungeeignete Lebensweise
  - Zu wenig Bewegung
  - Zu viel Sport, Zu viel geistige Arbeit, übermäßiger Medienkonsum



# Kinderakupunktur

- Diese beiden Muster können, wenn keine rechtzeitige Behandlung erfolgt, zu chronischen, oft irreversiblen Störungen im Jugend - und Erwachsenenalter führen.
- Der **Zeitpunkt des Therapiebeginns** ist daher immens wichtig: je früher die Kindervorgestellt werden, desto einfacher gestaltet sich die Therapie.
- In den **Umbruchsphasen des Kindes, also im 7. und 13. - 14. Lebensjahr** gelingt oft eine vollständige Heilung einer **chronischen** Erkrankung
- Bei der Kinderakupunktur sind meist **nur zwei bis vier Nadeln** erforderlich, die, je nach Alter des Kindes, nur hineingestochen und sofort wieder herausgezogen werden.
- Bei sehr **ängstlichen Kindern kann die Akupunktur auch mittels Laser oder Elektrostimulation** erfolgen, was völlig schmerzfrei ist.  
Weitere, völlig schmerzlose Behandlungsformen sind das Stimulieren der Akupunkturpunkte mittels aufgeklebter Samenkörnchen oder die Erwärmung der Punkte durch eine Beifuß-Zigarre (Moxibustion genannt).



# Kinderakupunktur

- Indikationen: ( als Beispiele)
  - Allergien, Heuschnupfen
  - Asthma
  - Ekzeme (auch Neurodermitis)
  - Infekt Anfälligkeit
  - akute, fieberhafte Infekte
  - Prüfungsangst
  - Schlafstörungen
  - Schmerzen jeglicher Art,
  - Schulkopfschmerzen, Migräne
  - Verdauungsprobleme
  - Aufmerksamkeitsdefizit/ Hyperaktivitätssyndrom AD(H)S
  - Einnässen
  - Krampfanfälle

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**

**Es hat Spaß gemacht.**