

Christian Hagen Grundlagen der Terlusologie

Leseprobe

[Grundlagen der Terlusologie](#)

von [Christian Hagen](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.unimedica.de/b15985>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung](#), [vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

<http://www.unimedica.de>



Sachverzeichnis

A

aktiv ausatmen 19, 55
 aktiv einatmen 55
 Altruismus 49
 Angelegenheit, innere 29
 Äquatorbereich 16, 51
 Arthrose, Kniegelenk 142
 Asthma 48, 135, 144
 Asthmaanfall 145–146
 Atemtyp und Entwicklung 107
 Atemtyp, lunar 121
 Atemtyp, solar 121
 Atmung 19, 78
 Atmung, Funktionsübung 58
 Auge 38, 111
 Ausatmung 14, 20–21, 76
 Ausatmung, aktive 19, 21, 24, 26, 33, 42, 45–46, 76, 78
 Ausatmung, passive 19–20, 33
 Ausdauersportler 45
 Austesten 22–24

B

Bauchdeckenmuskulatur 58
 Bauchmuskulatur 19–21, 156
 Berechnung polare Energien 15
 Berechnungstabelle 120, 161
 Berechnungstabelle, Irina Norris 17
 Berechnungstabelle, Prof. Löffler 172
 Bewegungsdrang 42, 107, 109, 111, 121–122, 124
 Bewegungstyp 30–31, 124

Blinddarmenzündung 139
 Bockigkeit 124, 130
 Bronchitis 135
 Brustwickel, feuchtwarmer 135, 140, 144

C

CO₂ 20–21, 33–34
 CO₂-Abgabe 20, 33
 Computerprogramm 16, 22

D

Dehnung 11, 17, 20, 44–45, 57
 Dehnungsprinzip 25, 37, 39
 Dehnungstyp 19
 Dehnungszone 28, 37–38, 41–42, 46, 58
 Dehnungszonen, solar 43
 Denk-Empfindungstyp 25, 46, 119–123, 125, 130
 Denk-Empfindungstyp, lunar 121
 Denk-Empfindungstyp, solar 121
 Denktyp 46, 124–125
 Depression 105, 136, 147–148, 150
 Differenz 16, 21–23, 25, 49, 107
 Durchblutung, typenrichtige 54
 Durchhaltevermögen 106

E

Einatmung 20, 24
 Einatmung, aktive 19–20, 24
 Einatmung, tiefe 20, 55
 Eisbehandlung 147
 Eisblase 139–140, 143

Eispackung 43, 139–140
 Eiweiß 33–36, 115
 Empfindungs-Denktyp 25, 46, 119–120, 124–125, 129
 Empfindungstyp 46, 124–125
 Energie, dominante 14
 Energien, polare 14
 Episiotomie 140
 Erholungsphase 55, 76
 Erkrankung, seelische 148
 Ernährung 33–34
 Ernährung, typenrichtige 103, 150

F

Fernauge 38, 129
 Fett 35–36
 Fett, pflanzliches 33
 Fett, tierisches 33
 Fragezeichentyp 16–17, 21, 23–25, 47, 49, 123
 Funktionsübung 55, 59, 68, 75–78, 87, 105
 – Atmung 58, 78
 – Becken 64, 84
 – Faust und Handgelenke 66, 87
 – Füße und Fußgelenke 59, 79
 – Hals 75, 96
 – Kopf 75, 100
 – Oberarm und Schultergelenke 71, 92
 – Oberkörper 72, 95
 – Oberschenkel und Hüftgelenke 62, 82
 – Unterarm und Ellenbogengelenke 69, 89
 – Unterschenkel und Kniegelenke 61, 81
 – Zehen und Vorderfüße 59, 78

G

gefäßerweiternd 45
 Gegenspieler 13–14
 Gehen 19, 26, 29–32, 39–41, 103, 143
 Gehen, typenrichtiges 29
 geistig führende Seite 38–41, 57, 76, 129
 Gelenkstellungen 27, 40, 89, 108, 157–158
 Gesang 25, 156–157

H

Halswirbelsäulenschleudertrauma 150
 Haltearbeit 27, 30, 42, 46
 Händigkeit 37, 39–40, 129
 Hast und Ruhelosigkeit 106
 Hauterkrankung 145
 Heilungsprozeß 57
 Herzbeschwerden 140
 hochprozentig 49, 125, 127, 131–132, 173
 Hochprozentiger 119, 126
 Hochprozentigkeit 25, 127
 Hohlkreuz 26–28, 30–32, 41, 56, 64, 84–85, 95–96, 101, 143, 156
 Hören 37–38, 52, 129, 156
 Hörsturz 104–105, 149
 Hörtyp 38
 Hüftleiden, angeboren 141

I

Ichbestätigung 49, 132
 Ichbetonung 25, 48–49, 120–123, 125, 132
 Ichbetonung, Kinder 132
 Impuls 37, 41–42, 78, 105, 107, 127
 Impulsschwäche 105
 Intoleranz, natürliche 121

K

Kältepackung 134, 136, 140–141, 144
 Kaltzone 57, 111
 Kieferhöhlenentzündung 139
 Kindstod, plötzlicher 110
 Klima 50, 52–53, 132
 Klima, feuchtes 124
 Klima, feuchtkühles 132
 Klima, trockenes 124
 Klima, typengerechtes 51
 Klima, typenrichtiges 118
 Klopfmassage 78, 134, 136, 143, 145–146
 Knochenhautentzündung 139
 kohlenhydratreich 33–34, 36
 Konsequenz 24, 131
 Koordinationsstörung 106
 Kopfhaltung 31–32
 Kopfschiefhaltung 104, 148–149
 Körper, Schiefelage 104
 Körperbau 44, 50, 52–53
 Körperbau, asthenischer 13
 Körperbau, lunarer 51
 Kraftseite 38–41, 57, 76, 129, 157
 Kreislauf 19, 62, 78
 Kreislauf und Atemtyp 44

L

Lateralität 37–38, 40, 107, 129, 178
 Lateralitätsverhalten 37, 39–41, 108, 129
 Legasthenie 37, 39–40, 129
 Leistung 102, 150
 Leistungsvermögen 150
 Lernvermögen 129
 Liegen 26, 31–32, 143
 Links-rechts-Trennung 71
 Linkshändigkeit 39–40
 lunar 16–17
 lunare Ernährung 35

lunarer Atemtyp 19, 173
 lunarer Säugling 108

M

Magersucht 48, 132
 Medikamente, gefäßverengende 45
 Migräne 105, 136, 149
 Mondenergie 16, 18, 121
 Mondenergie, Berechnung der 15
 Muskulatur und Atemtyp 45
 Muttermilch 107, 114

N

Nahaugen 38, 129
 Nasenatmung 78
 Neurodermitis 48, 57, 145–148
 niedrigprozentig 125–127, 132, 173
 Niedrigprozentiger 49, 119, 126
 Niedrigprozentigkeit 25, 127

O

O₂-Aufnahme 20
 Ohr 38
 Orthopädische Leiden 141

P

Pädagogik 127
 Partnerschaft 125, 155
 Positionsübung 55, 57, 76–78
 – Atmung 59
 – Becken 65, 84
 – Faust und Handgelenke 68, 87
 – Füße und Fußgelenke 60, 80
 – Hals 75, 99
 – Kopf 76, 100

- Oberarm und Schultergelenke 71, 94
- Oberkörper 74, 96
- Oberschenkel und Hüftgelenke 64, 83
- Unterarm und Ellenbogengelenke 70, 92
- Unterschenkel und Kniegelenke 62, 81
- Zehen und Vorderfüße 59, 78
- Prellungen 140
- Prinzip Dehnung 19, 21
- Prinzip Verengung 11, 21
- Pseudokrapp 134

R

Rechtshändigkeit 39–40
 Rückenbeschwerden 143
 Rückenpatient 64–65, 84, 95
 Rückenschmerzen 142
 Rückstrom 44
 Ruhephase 56
 Ruhetyp 30, 122, 124
 Rundmassage, weiche 58, 134, 144
 Rundrücken 27, 31, 56, 101

S

s-förmige Schwingung der Wirbelsäule 29, 65
 Sauerstoff 33
 Säuglingsmilch 117–118
 Säuglingsmilch, Herstellung 117
 Säure 33–36, 124, 147
 Scheidendammschnitt 140
 Schiefhaltung 104
 Schiefelage 104
 Schnellkraft 30, 45, 52, 124
 Schnittpunkt der Mond- und Sonnenenergiekurven 22

Schreibhand 39–40, 107, 129
 Schulter-Halsbereich 103, 149
 Schultergürtel 26–27, 68, 77, 87, 104, 148
 Schultergürtelbereich 77, 87
 Schulterhochziehen 104
 Schulterverspannung 104–105
 Sehen 38, 52–53, 129, 156
 Sehtyp 38
 Sitzen 19, 26–27, 31–32, 143
 solar 16–17
 solare Ernährung 36
 solarer Atemtyp 19, 21, 23, 38, 51, 173
 solarer Atemtyp, Ernährung 33
 solarer Säugling 110
 Sonnenenergie 14, 16, 18, 122
 Spannkraft 30, 45–46, 53, 124
 Sperre, ringförmige 58
 Standbein 32, 158–159
 Stehen 19, 26, 30–32, 39–40, 118, 143
 Stehtyp 30, 32
 Stillen 114

T

Tinnitus 104, 149
 Toleranz 22–23, 25–26, 49, 108, 110–111, 119, 123–126, 128–129
 Training, geistiges 102
 Trennung der beiden Körperhälften 105
 Trennung von linker und rechter Körperhälfte 70
 Trennung, strikte 55
 Trotz 5, 124, 130, 139
 Typenverschiedenheit 109, 116, 125, 128

U

Übungen in der Vorstellung 102
 Umschaltphase 19, 55, 87, 106
 Unterbewusstsein 24

V

Verdauungstrakt 108, 114, 145
 Verengung 14, 20, 44–46, 57, 64, 76
 Verengungsprinzip 11, 25, 37, 39
 Verengungstyp 19
 Verengungszone 27, 37–38, 41, 43–44, 46, 51, 56, 76, 78, 100, 109, 111, 133, 140, 144, 147
 Verengungszonen 42
 – solar 43
 Vererbung 51
 Verhalten, typenrichtiges 23, 26, 128
 Verspannung
 – Schulterregion 104
 – Vorfuß und Zehen 105

W

Wärme, feuchte 140
 Wärmebedürfnis 26, 56, 109, 111, 114, 124
 Wärmeempfindlichkeit 41
 Wärmepackung 139
 Wärmezone, Dehnung der 57
 Wärmeflasche, feuchtwarme 134
 Wendekreis 16–17, 161

Z

Zehenverspannung 105
 Zonen, polare 41



Christian Hagena

[Grundlagen der Terlusologie](#)

Praktische Anwendung eines bipolaren
Konstitutionsmodells

184 Seiten, kart.
erschien 2013



Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung
www.unimedica.de