

# Focks / Hillenbrand

## Leitfaden Chinesische Medizin

Leseprobe

[Leitfaden Chinesische Medizin](#)

von [Focks / Hillenbrand](#)

Herausgeber: Elsevier Urban&Fischer Verlag



<http://www.unimedica.de/b7892>

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](mailto:info@unimedica.de)

<http://www.unimedica.de>



## 13.15 Bewegungsapparat

Karl Zippelius, Claudia Focks

### 13.15.1 Einführung in die Traumatologie

Karl Zippelius

#### 13.15.1.3 Physiologie: Vier dialektische Grundprinzipien

##### Blut und Qi

Ohne Blut (*Yin*) kein Qi (*Yang*) und umgekehrt. Wo das Blut gleichmäßig zirkuliert, fließt auch das Qi; und umgekehrt.

##### Inaktivität und Bewegung

Inaktivität (*Yin*-Zustand) ist Voraussetzung für die Regenerierung der für die Stabilität zuständigen Strukturen (Knochen, Sehnen, Bänder = *Yin*-Aspekt). Bewegung (*Yang*-Zustand) ist nötig zur Belebung des Qi- und Blutflusses (= *Yang*-Aspekt)

##### Knochen und Weichteile

Knochengestützte (*Yin*) erzeugt Stabilität; Weichteile (*Yang*) ermöglichen Bewegung. Bewegung definiert sich in Bezug auf einen Ruhepunkt: Ohne Stabilität keine gerichtete Bewegung. Weichteile ernähren die Knochen und bilden ein natürliches Knochenbett.

##### Systemisch-lokal bzw. Innen-Außen-Relation

- \* Innen → Außen: Bei identischem Verletzungsgeschehen bedingt die Konstitution die Unterschiede im Ausmaß des Traumas und die Art des Heilungsverlaufs
- \* Außen → Innen: Das periphere Trauma beeinflusst den energetischen Zustand der inneren Organe: Die Nierenenergie wird bei der Knochenheilung, das Leber-Blut bei der Heilung von Sehnen und Bändern benötigt; Leber-Qi-Stauung ( 11.7.2) bei Schmerzen und Einschränkung der Bewegungsfreiheit: Schmerzen und Bewegungseinschränkung sind gleichzeitig sowohl Ausdruck als auch Ursache von Leber-Qi-Stau.

#### 13.15.1.0 Pathologie des Traumas: Drei Heilungsphasen

##### Phase I: Akut- oder Entzündungsphase

Dauer: Bis die Blut-Stase/das Hämatom beseitigt ist. Je nach Schwere des Traumas ca. 1.-7. Tag.

Lokal: Gewebeerletzung, Entzündungsreaktion (vaskuläre oder zelluläre Phase) zum Abbau geschädigter Materie als Ausgangspunkt für Reparationsprozesse. Bei exzessiver Entzündungsreaktion bei andauernder Qi- und Blut-Stase (= Stase-Hitze) Gefahr von Verklebungen und Schädigung gesunden Gewebes. Verklebungen, Flüssigkeitsansammlungen und Blut-Stase blockieren den freien Fluss von Qi in den Leitbahnen.

Systemisch: Qi ↓ durch Schmerz und/oder Blutverlust; Leber-Qi-Stau durch Bewegungseinschränkung.

### **Phase II: Proliferations- oder Reparationsphase**

Dauer: Bis die verletzten Strukturen gefestigt sind. Je nach Schwere des Traumas ca. 3-100. Tag.

Lokal: Ungerichteter bindegewebiger Umbau mit einer Steigerung der Belastbarkeit von Narbengewebe. Durch Physiotherapie und dynamische Behandlung (Druck und Zugkräfte) kann die gerichtete Proliferation und der Aufbau gesunden Gewebes angeregt werden. Schwellung und Schmerz bei persistierender Leitbahn-Obstruktion.

Systemisch: Leber-Qi-Stau durch Bewegungseinschränkung; erhöhte Anforderung an Leber-Blut (↓) bei Heilungsprozessen, die die Sehnen betreffen bzw. der Nieren-Energie (↓) bei Heilungsprozessen, die die Knochen, die Bänder, den Meniskus und Knorpelgewebe betreffen.

### **Phase III: Rehabilitations- oder Remodellierungsphase**

Dauer: Bis die physiologische Funktion und der freie Fluss von Qi und Blut vollständig wiedererlangt ist. Je nach Schwere des Traumas ca. 14.—350. Tag.

Lokal: Verklebungen und Verhärtungen des Gewebes; persistierende Blut- und Qi-Stase, äußere und innere pathogene Faktoren → Schmerzen durch Leitbahnobstruktion, Schwäche und Gewebeatrophie. In der Remodellierungsphase kommt es zudem zu einem qualitativen Gewebeumbau. Von folgenden Gewebeheilungszeiten kann im Allgemeinen ausgegangen werden: Schleimhaut 2 Tage; Hautgewebe 7—10 Tage; Muskelgewebe 3-4 Wochen; Band- und Knochengewebe 4 Wochen bis zu mehreren Monaten. Bei idealem Verlauf und unter integrativer CM-Behandlung lassen sich diese Zeiten um ca. 20-40 % verkürzen.

Systemisch: Bei schwerem Trauma und lang dauerndem Heilungsverlauf: Schwäche von Qi, Blut sowie Leber- und Nieren-Energie.

### **13.15.1.0 Basis-Therapieprinzipien bei Verletzungen**

#### **Akupunktur in der Akut- und Proliferationsphase**

**Therapieprinzipien** Für einen gleichmäßigen Fluss des Leber-Qi; sorgen, Qi-Fluss in 1 den betroffenen Meridianen anregen bzw. Qi-Blockaden lösen, Schmerzen lindern und Muskeln und Sehnen entspannen

Stimulationstechnik: Neutrales Nadeln der Anfangs- und Endpunkte der betroffenen Leitbahnen und starkes Stimulieren des jeweiligen Xi-Spaltpunkts zur Aktivierung des Meridian-Qi in Verbindung mit folgenden Punkten: AsW-Punkte; Le 3 (*Taichong*), Di 4 (*Hegu*), Gb 34 (*Yanglingquan*), Mi 10 (*Xuehai*), Bl 17 (*Geshu*).

Punkte: AsW-Punkte ( 5.8.1): X/-Punkte: Lu 6, Di 7, Ma 34, Mi 8, He 6, Du 6, Bl 63, Ni 5, Pe 4, SJ 7, Gb 36, Le 6. Bei diesen Punkten akkumuliert das Meridian-Qi, deshalb besonders wirksam zur Aktivierung des Meridian-Qi bei akuten Geschehen (Schmerzen). Le 3 (*Taichong*) beseitigt Schmerzen, fördert den reibungslosen Fluss des Leber-Qi, senkt das Leber-Yang ab; Di 4 - (*Hegu*) lindert Schmerzen. Bei generellen Schmerzen gute Kombination mit Le 3 (*Taichong*) als „four gates“ 1 (*Si Guan*). Gb 34 — (*Yanglingquan*): Einflussreicher-Hui-Punkt der Sehnen. Hauptpunkt, um Sehnen und Muskeln zu stärken und Steifheit, Spasmen, Krämpfe oder Kontrakturen im Bereich der Muskeln und Sehnen zu beseitigen. Meisterpunkt der Sehnen, festigt Bewegungsapparat und Knochen, entspannt die Sehnen, fördert den reibungslosen Fluss des Leber-Qi Mi 10 — (*Hegu*) reguliert das Blut und beseitigt Blut-Stase; Bl 17 — (*Geshu*) fördert den Blutfluss und beseitigt Blut-Stase.

## Akupunktur in der Rehabilitationsphase

**Therapieprinzipien** Diese entsprechen im Wesentlichen denen des Bi-Syndroms und werden deshalb dort besprochen ( 13.15.5).

### **Moxibustion ( 5.1.8)**

Untergeordnete Rolle der Moxibustion in der Akutphase des Traumas, aber herausragende Rolle bei persistierenden Schmerzen durch Kälte und Feuchtigkeit in den Leitbahnen in der Proliferationsphase und ganz besonders in der Rehabilitationsphase: Flächiges Erwärmen des Verletzungsgebietes, Erwärmen der betroffenen Leitbahn und Stärkung des Nieren-*Yang* bei Kälte-Syndromen und der Milz-Funktion bei Feuchtigkeitsansammlungen.

### **Tuina ( 6)**

Als Sofortmaßnahme nach Verletzung Blut- und Flüssigkeitsaustritt in das Gewebe durch Kompression (auch mit bloßen Händen) verhindern bzw. beenden.

Muskelrelaxierung und Schmerzlinderung: Durch reibende Techniken die *Qi*- und Blutzirkulation fördern und die Muskulatur entspannen. Nach dem Prinzip „durch Schmerzverursachung Schmerzen beenden“ durch kräftige Stimulierung spezifischer Akupunkturpunkte Schmerzen lindern.

Gewebe ordnen (manuelle Reposition): Fehlstellungen von Gelenken, ungeordnete Gewebefasern (Muskel, Faszien, Bindegewebe) und eingeklemmte Gewebe wie Meniskus, Bandscheiben, synoviale Membranen behindern den freien Fluss von *Qi* und führen zu Schmerzen. Durch Tuina-Techniken wie (chiropraktisch) Greifen, Schnappen, Schieben, Ziehen und Schütteln kann die Gewebeordnung wiederhergestellt werden und können Schmerzen unmittelbar beseitigt werden.

Flüssigkeits- und Blutansammlungen zerteilen: Wenn eine Gewebereinblutung nach einer Verletzung nicht rasch beseitigt wird, führen chronische, entzündliche Prozesse („Stauungshitze“) dazu, dass das Gewebe seine Elastizität verliert und es zu narbigen Verklebungen kommt. Die Beweglichkeit und Funktion wird dauerhaft beeinträchtigt. Ein frühzeitiger Beginn mit (kreisförmigem) Reiben und Schieben trägt dazu bei, dass Flüssigkeits- und Blutansammlungen im Gewebe verteilt oder aus den Gelenken herausbewegt werden, sodass mit Unterstützung von Kräuteranwendungen die Absorption erleichtert und beschleunigt werden kann.

Passive Bewegungen: Entspannen die Muskulatur und verhindern das Verkleben wichtiger Strukturen („was sich bewegt, rostet nicht“).

Ausstreichen der Meridiane, Manipulation von leitbahnspezifischen Akupunkturpunkten und Triggerpunkten: In Ergänzung oder als Ersatz der Akupunkturbehandlung auf Grundlage der gleichen Therapieprinzipien (siehe oben).

Kräftige Massagetechniken in der Spätphase einer Verletzung: Traktion, Drehbewegungen, Schütteln bzw. Pressen, Ziehen, Schieben mit hoher Intensität und Tiefenwirkung um Adhäsionen zu lösen und die Beweglichkeit der Gelenke wiederherzustellen.

## 13.15.2 Weichteilverletzungen

*Karl Zippelius*

### **Definition**

Von einer Weichteilverletzung spricht man, wenn es aufgrund einer Fehlbewegung bzw. -belastung oder einer von außen einwirkenden Kraft (Kontusion) zu einer Ver-



Focks / Hillenbrand

[Leitfaden Chinesische Medizin](#)  
mit Zugang zum Elsevier-Portal

1888 Seiten, geb.  
erschienen 2010



**bestellen**

Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung [www.unimedica.de](http://www.unimedica.de)