

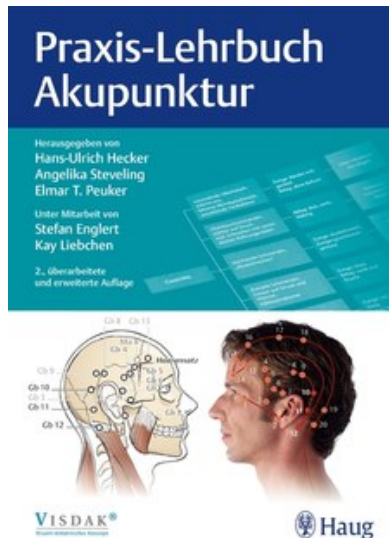
# Hecker/Steveling/Peuker Praxis-Lehrbuch Akupunktur

## Leseprobe

[Praxis-Lehrbuch Akupunktur](#)

von [Hecker/Steveling/Peuker](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.unimedica.de/b21573>

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>



### 12.1.3 Lunge 5 „Chi Ze“ („Ellenbogenteich“)

Sedierungspunkt

#### Anatomie und Funktion

**Anatomische Leitstruktur:** Sehne des M. biceps brachii, Beugefalte Ellenbeuge

**Lokalisation:** radial der Bizepssehne in der Ellenbeugefalte (► Abb. 12.7, ► Abb. 12.8)

#### ! Beachte

Das Auffinden der Bizepssehnen erfolgt am leichtesten bei Unterarmflexion und Supination.

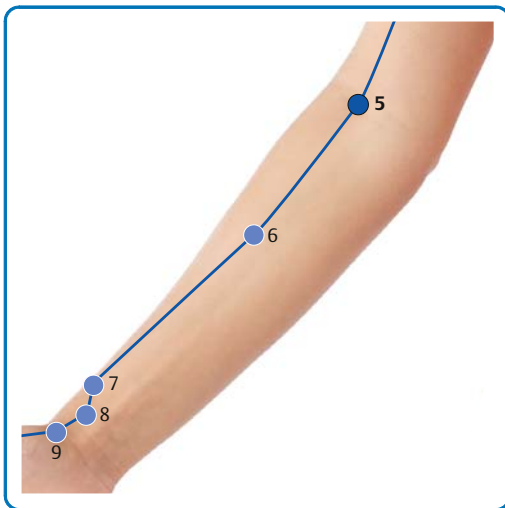
**Stichtiefe:** 0,5–1 Cun senkrecht

#### Hauptindikationsbereiche:

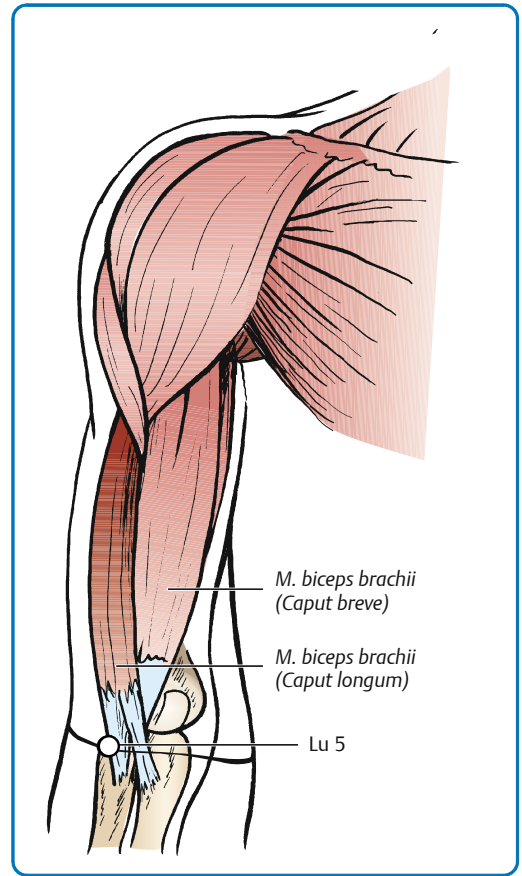
- Erkrankungen der Lunge (insbesondere akut, z. B. akute Bronchitis)
- Epikondylopathie (radial)
- schmerzhafte Funktionsstörungen der Schulter-Arm-Region ventral

#### Weitere Indikationen:

- bei Krupphusten mehrere Moxen (kleine Kügelchen direkt auf die Haut: sedierende Moxibustion; H. Schmidt)
- bei Hauterkrankungen im Gesicht (J. Bischko)



► Abb. 12.7



► Abb. 12.8

#### Bedeutung in der TCM

##### Wirkung:

- kühlt und klärt Hitze aus dem Lungen-Funktionskreis
- vertreibt Schleim-Hitze aus dem Lungen-Funktionskreis

##### Indikationen:

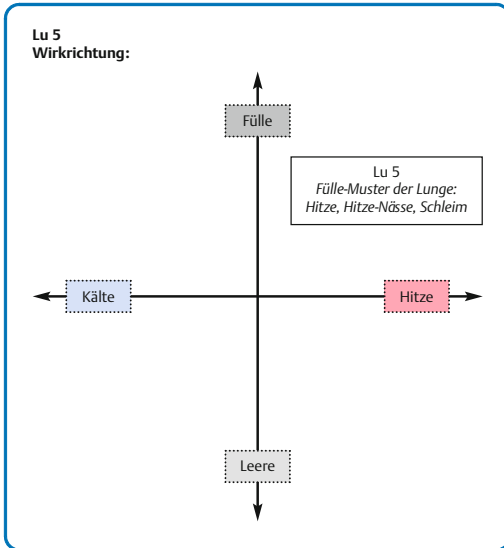
- Lungen-Hitze
- Nässe-Hitze in der Lunge
- meistens bei Fülle-Zuständen

##### Anmerkungen:

- Als Wasser-Punkt stellt Lu 5 den Sedierungspunkt der Lungen-Leitbahn dar (Erklärung hierzu siehe Kap. 11.6 „Antike Punkte“). Mit diesem Punkt lassen sich Fülle-Hitze-Zustände (z. B. Nässe-Hitze befällt die Lunge) im Lungen-Funk-

tionskreis effektiv therapieren. Lu 5 ist der wichtigste Punkt, um eine Fülle-Hitze aus der Tiefe des Lungen-Funktionskreises zu eliminieren.

- Lu 5 gilt als einer der „13 Dämonen/Geister-Punkte“ des Sun Si-Miao. Er befreit von Zwängen und Süchten.



► Abb. 12.9

## Punktkombinationen

**Lu 5 + Di 11 + Di 4:** beseitigt Nässe-Hitze aus der Lunge bei febrilen Lungenerkrankungen mit reichlichem Auswurf

**Lu 5 + Ma 40 + Lu 7:** beseitigt Nässe/Schleim bei akuten und chronischen Funktionsstörungen der Lunge

**Lu 5 + Lu 1 + Bl 13:** beseitigt Schleim bei akuten und chronischen Funktionsstörungen der Lunge

### 12.1.4 Lunge 7 „Lie Que“ („Wolkenbruch“)

Passagepunkt (Luo-Punkt), Einschaltpunkt für das Konzeptionsgefäß (Ren Mai)

#### Anatomie und Funktion

**Anatomische Leitstruktur:** Rinne, die durch die Sehnen des M. brachioradialis und M. abductor pollicis longus entsteht

**Lokalisation:** radialseitig des Unterarms, in einer V-förmigen Rinne proximal des Processus styloideus radii 1,5 Cun proximal der Handgelenkbeugefalte (► Abb. 12.10, ► Abb. 12.11, ► Abb. 12.12)

Der Punkt liegt am Übergang des proximalen Anteils des Processus styloideus radii in den Radiuschaft.

#### ! Beachte

Diese Rinne entsteht durch die Sehne des M. brachioradialis, die hier unter dem M. abductor pollicis longus am Radius inseriert.

#### 👉 Praxis

Zum Auffinden kann auch der Tigermundgriff benutzt werden. Lu 7 liegt hierbei an der Grenze Innen-Außenseite des Unterarmes direkt vor der Zeigefingerkuppe. Als Punkt einer Yin-Leitbahn liegt Lu 7 gerade noch im Yin-Bereich.

#### Vorsicht:

Vermeide eine Abwinkelung zwischen Hand- und Unterarmbereich beim Tigermundgriff bei beiden Armen!

**Stichtechnik:** Haut durch Hautfaltenbildung proximal des Processus styloideus radii abheben, Nadel dann in der abgehobenen Falte schräg proximal führen.

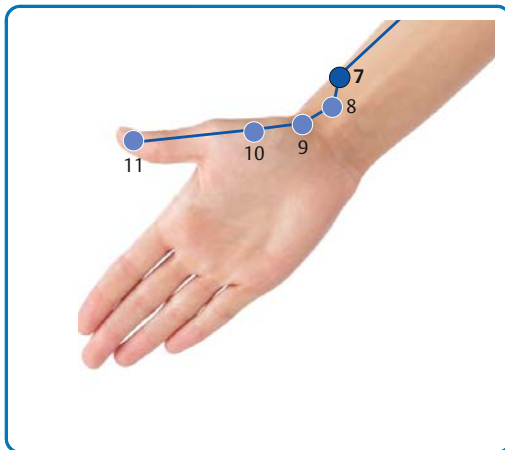
**Stichtiefe:** 0,5–1 Cun

### Hauptindikationsbereiche:

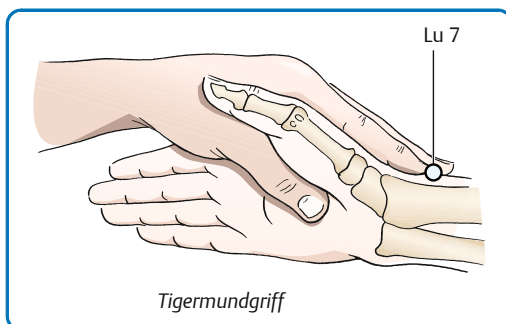
- akute und chronische Erkrankungen von Lunge und Atemwegen
- schmerzhafte Funktionsstörungen in der Handgelenkregion
- schmerzhafte Funktionsstörungen der Schulterregion ventral

### Weitere Indikationen:

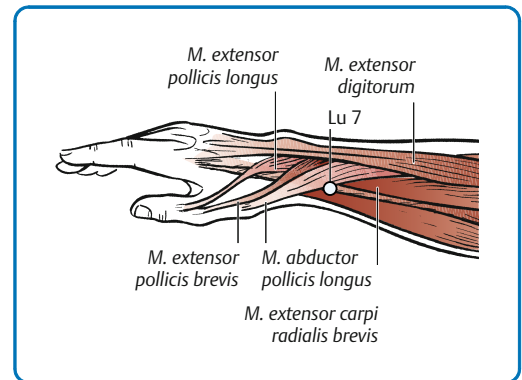
- Rhinitis
- Kopfschmerzen
- vegetative Fehlregulation
- Störungen der Harnentleerung
- psychosomatische Funktionsstörungen



► Abb. 12.10



► Abb. 12.11



► Abb. 12.12

## Bedeutung in der TCM

### Wirkung:

- befreit die Oberfläche von pathogenen Faktoren
- reguliert und senkt das Lungen-Qi ab
- erleichtert Trauerprozesse
- öffnet das Konzeptionsgefäß Ren Mai

### Indikationen:

- Wind-Kälte- und Wind-Hitze-Invasion in der Lunge
- Lungen-Qi-Stagnation
- bei Innen- und Außen-Störungen der Lunge
- Einsatz bei Leere- und Fülle-Zuständen

### Anmerkungen:

- Als Luo-Punkt (=Passagepunkt) verbindet Lu 7 das Äußere/die Körperoberfläche mit dem Inneren, d. h. mit den Organsystemen der Lunge, und reguliert Funktionsstörungen in diesen Schichten. Befinden sich zu Beginn eines grippalen Infektes (Wind-Kälte- und Wind-Hitze-Erkrankungen der Lunge) die pathogenen Faktoren noch in der Außen-Schicht der Haut, verhindert Lu 7 ein tieferes Eindringen in die Lunge.
- Lu 7 ist der wichtigste Punkt, der rebellierendes Lungen-Qi wieder nach unten führt. Die Wirkrichtung der Lungenfunktion ist nach unten zur Niere hin gerichtet. Störungen und Irritationen – wie durch Kälte oder Schleim – behindern die Lunge in dieser absenkenden Funktion, und es kommt zu einem rebellierenden Lungen-Qi, d. h. zu Husten und Auswurf.

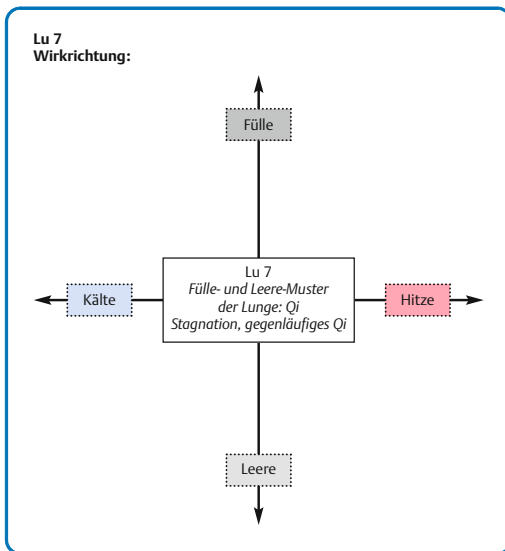
- Lu 7 ist der wichtigste Punkt, der die Lungenfunktion des Verteilens und Herabführens unterstützt. Dies wiederum ist eine wichtige Voraussetzung, um durch Aufnahme der Luft (himmlisches Qi) in Zusammenarbeit mit der Milz nachgeburtliches Qi (Nähr-Qi und Abwehr-Qi) zu bilden. Lungenfunktionsstörungen führen somit nach einiger Zeit häufig zu Leere-Mustern der Lunge mit Erschöpfungsgefühl, Kurzatmigkeit bei Belastung, leiser Stimme, Redenlust, Infektanfälligkeit und spontanem Schwitzen.
- Lu 7 wird bei psychosomatischen Funktionsstörungen der Lunge mit unverarbeiteter Trauer verwendet. Er schaltet das Konzeptionsgefäß ein und lässt das Thorax-Qi bei Blockaden, z. B. infolge depressiver, gebückter Körperhaltung, wieder frei fließen.
- Lu 7 reguliert Störungen im Leitbahnverlauf.

### Punktkombinationen

**Lu 7 + Ma 40 + Lu 5:** akute und chronische Funktionsstörungen der Lunge mit Husten und reichlich Schleim

**Lu 7 + Bl 13 + Kg 17:** öffnet den Thorax, löst Stagnationen bei thorakalem Beklemmungsgefühl sowie Stagnationen/Bewegungsstörungen des Schultergürtels (auch bei emotionalen Belastungssituationen mit Trauer und Depression einsetzbar)

**Lu 7 + Di 4 + Di 20:** öffnet die Nase und reduziert Husten bei beginnendem grippalen Infekt



► Abb. 12.13

### 12.1.5 Lunge 9 „Tai Yuan“ („Äußerst tiefes Wasser“)

Quellpunkt (Yuan-Punkt), Tonisierungspunkt, Meisterpunkt der Blutgefäße

#### Anatomie und Funktion

**Anatomische Leitstruktur:** Beugefalte Handgelenk, A. radialis

**Lokalisation:** radiale Seite der Handgelenkbeugefalte, lateral der A. radialis

Von den vorhandenen Handgelenkbeugefalten ist diejenige zu nehmen, die am Übergang Radius zur Ulna einerseits und dem Handwurzelbereich andererseits liegt, die Falte, die distal des gut tastbaren Endes des Processus styloideus radii liegt. (► Abb. 12.14, ► Abb. 12.15)

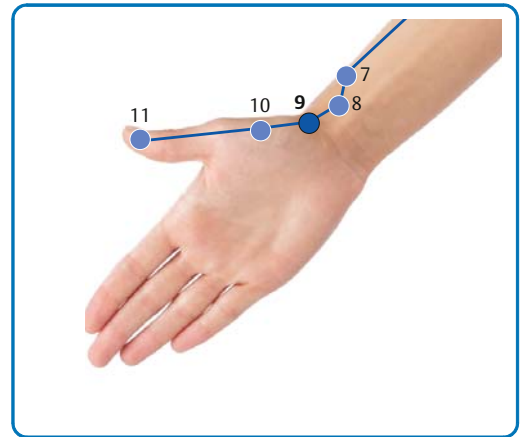
#### Praxis

Gewünscht ist die Nadellage in Nähe zur A. radialis. Hierdurch erfolgt eine direkte Wirkung auf das perivaskuläre sympathische Gefäßnervengeflecht (Erklärung der Akupunkturwirkung nach König/Wancura: Lu 9 = Meisterpunkt der Gefäße). Die Nadellage ist also bei Pulsationen der Nadel korrekt. Dann allerdings darf mit der Nadel nicht mehr stimuliert werden, d. h., es darf keine sedierende Technik erfolgen. Selbst unbeabsichtigte Punktur der A. radialis hat bei anschließender Kompression keinerlei Folgen bei bestehendem Umgehungskreislauf über die A. ulnaris (evtl. vorhergehende Palpation der A. ulnaris).

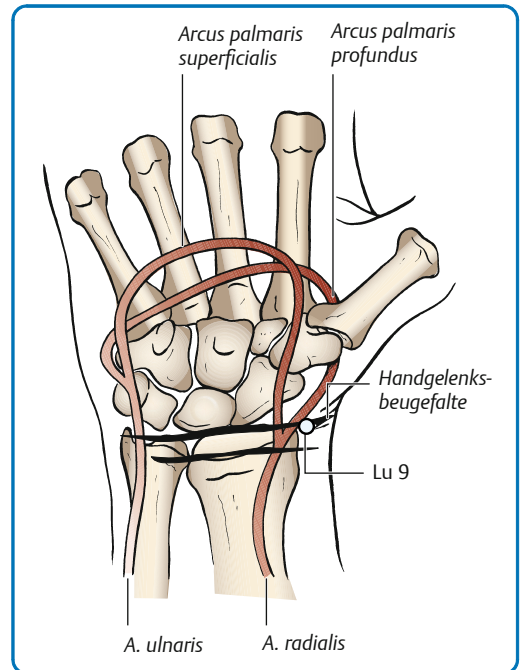
**Stichtiefe:** 2–3 mm senkrecht

#### Hauptindikationsbereiche:

- chronische Erkrankungen von Lunge und Atemwegen (eher chronisch)
- Handgelenkaffektionen
- Gefäßerkrankungen (z. B. PAVK, Morbus Raynaud)



► Abb. 12.14



► Abb. 12.15

#### Bedeutung in der TCM

##### Wirkung:

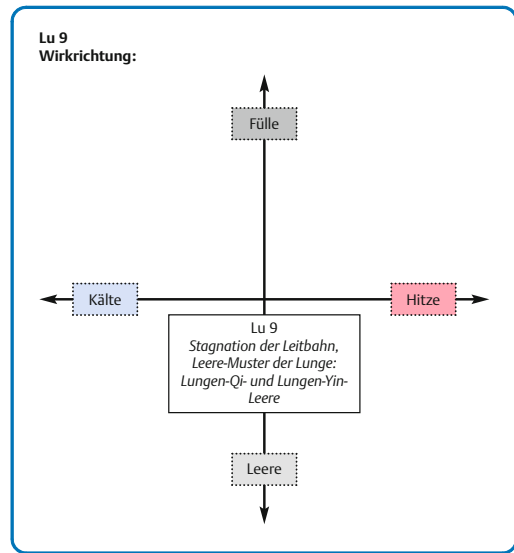
- fördert den Fluss von Qi und Blut
- tonisiert das Lungen-Qi
- nährt Lungen-Yin

**Indikationen:**

- Stagnation der Leitbahn
- Lungen-Qi-Leere
- Lungen-Yin-Leere

**Anmerkungen:**

- Lu9 gilt als Yuan-Quellpunkt der Lunge sowie als deren Tonisierungspunkt. Er wirkt als Yuan-Quellpunkt bei verschiedensten Lungenfunktionsstörungen mit Husten. Er kann als Tonisierungspunkt insbesondere bei Leere-Mustern wie Lungen-Yin-Leere eingesetzt werden.
- Lu9, der Meisterpunkt der Gefäße, ist ein wichtiger Punkt zur Therapie von Bluthusten, Bluterbrechen und thorakaler Beklemmung mit Herzschmerzen.
- Lu9 wirkt als lokaler Punkt bei Schwellungen im Handgelenk und beim Karpaltunnelsyndrom.



► Abb. 12.16

**Punktkombination**

**Lu 9 + Pe 7 + Pe 6 + He 7 + Di 4:** reguliert Qi-Stagnation bei Karpaltunnelsyndrom

### 12.1.6 Lunge 11 „Shao Shang“ („Junge Wandlungsphase Metall“)

**Anatomie und Funktion**

**Anatomische Leitstruktur:** radialer Nagelwinkel Daumen

**Lokalisation:** radialer Nagelwinkel des Daumens (chinesisch), ulnarer Nagelwinkel des Daumens (J. Bischko)

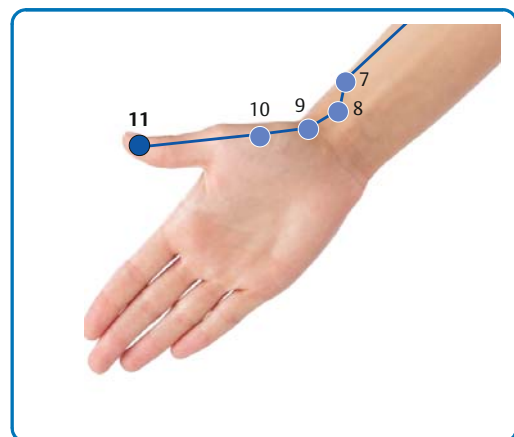
Die Lokalisation des Nagelwinkelpunktes erfolgt im Schnittpunkt einer senkrechten und waagerechten Linie des jeweiligen Nagels. (► Abb. 12.17, ► Abb. 12.18)

**Stichtiefe:** 1–2 mm senkrecht, evtl. bluten lassen

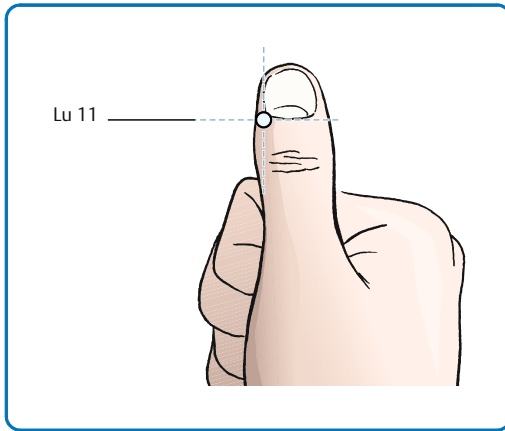
**Hauptindikationsbereich:** akut entzündliche Erkrankungen des Rachenraumes (J. Bischko: Meisterpunkt der Halserkrankungen, eventuell Mikroaderlass bei akuten Beschwerden)

**! Beachte**

J. Bischko führt neben den 8 eigentlichen Meisterpunkten (Le 13, KG 12 und KG 17, BI 11 und BI 17, Gb 34 und Gb 39, Lu 9) noch ca. 40 weitere „Meisterpunkte“ an.



► Abb. 12.17



► Abb. 12.18

### Bedeutung in der TCM

#### Wirkung:

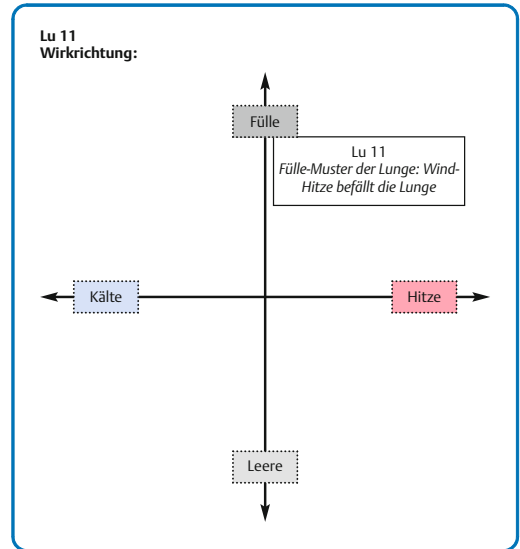
- vertreibt oberflächliche Wind-Hitze
- klärt Hitze aus dem Lungen-Funktionskreis
- befreit und klärt den Rachen und die Kehle

#### Indikationen:

- Wind-Hitze in der Oberfläche
- Lungen-Hitze
- Fülle-Zustände
- Tonsillitis, Pharyngitis

#### Anmerkungen:

- Als Jing-Brunnen-Punkt ist Lu 11 besonders geeignet, Hitze-Prozesse zu beseitigen (Erklärung s. Kap. 11.6 „Antike Punkte“).
- Dieser Punkt hat eine starke Beziehung zur Außen-Schicht, d. h. zur Eintrittspforte für pathogene klimatische Faktoren sowie zum Rachen. Er gilt als effektivster Punkt bei akuten Halsschmerzen und Schluckbeschwerden, um Hitze zu eliminieren. Es empfiehlt sich, den Punkt hierbei bluten zu lassen.



► Abb. 12.19

### Punktkombination

**Lu 11 + Lu 7 + Di 4:** lindert Schmerzen im Rachen bei beginnendem grippalem Infekt mit akuter Pharyngitis



## 12.2

## Weitere Punkte der Lungen-Leitbahn

### 12.2.1 Lunge 2 „Yun Men“ („Wolkenpforte“)

#### Anatomie und Funktion

**Lokalisation:** in gleicher Entfernung von der Medianlinie wie der Punkt Lu 1, jedoch direkt unterhalb der Klavikula (► Abb. 12.20)

**Stichtiefe:** 0,3–0,5 Cun nach lateral

#### Indikationen:

- Erkrankungen des Respirationstrakts insbesondere mit thorakalem Völlegefühl und Husten
- schmerzhafte Funktionsstörungen der Schulter-Arm-Region ventral

### 12.2.2 Lunge 3 „Tian Fu“ („Himmelsresidenz“)

#### Anatomie und Funktion

**Lokalisation:** 3 Cun unterhalb der vorderen Axillarfalte am radialen Rand der Bizepssehne (► Abb. 12.21)

**Stichtiefe:** senkrecht 1–2 Cun

#### Indikationen:

- Erkrankungen des Respirationstrakts
- schmerzhafte Funktionsstörungen der Oberarmregion

### 12.2.3 Lunge 4 „Xia Bai“ („Das Weiße einzwängen“)

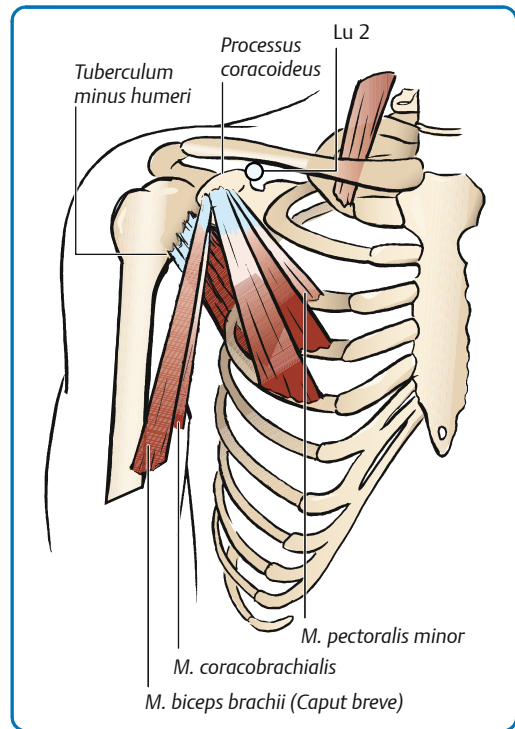
#### Anatomie und Funktion

**Lokalisation:** 1 Cun unterhalb des Punktes Lu 3, radialseitig auf dem M. biceps brachii (► Abb. 12.21)

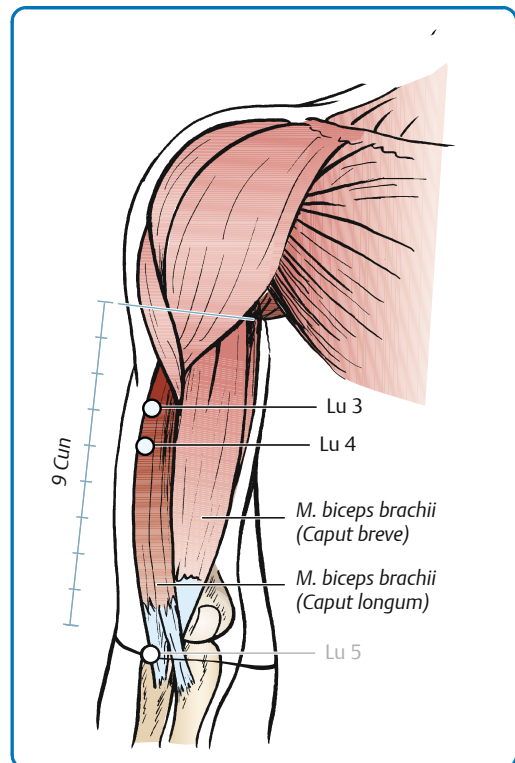
**Stichtiefe:** senkrecht 1–2 Cun

#### Indikationen:

- Erkrankungen des Respirationstrakts
- schmerzhafte Funktionsstörungen der Oberarmregion



► Abb. 12.20



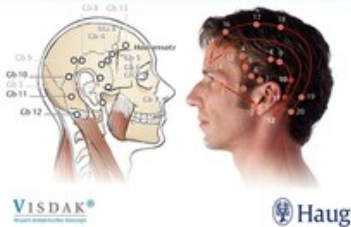
► Abb. 12.21

# Praxis-Lehrbuch Akupunktur

Herausgegeben von  
Hans-Ulrich Hecker  
Angelika Steveling  
Elmar T. Peuker

Unter Mitarbeit von  
Stefan Englert  
Kay Liebchen

2., überarbeitete  
und erweiterte Auflage



Hecker/Steveling/Peuker

[Praxis-Lehrbuch Akupunktur](#)

768 Seiten, geb.  
erschienen 2016



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