

# Christiane Tetling

## Tuina - Praxiswissen kompakt

Leseprobe

[Tuina - Praxiswissen kompakt](#)

von [Christiane Tetling](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.unimedica.de/b18147>

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>



# Inhaltsverzeichnis

Widmung .....	5	Vorwort .....	6
---------------	---	---------------	---

## Teil 1 Tuina im Überblick

<b>1</b>	<b>Einführung und Geschichte</b> .....	12	2.5.1	Behandlungsvorbereitung für den Patienten. ....	31
1.1	Geschichtlicher Überblick .....	12	2.5.2	Behandlungsvorbereitungen für den Therapeuten .....	31
1.2	Bedeutung der TCM und Tuina in China	13	<b>2.6</b>	<b>Allgemeine Indikationen für eine Tuina-Behandlung</b> .....	39
1.3	Tuina und westliche manuelle Therapie	14	2.6.1	Orthopädische Krankheitsbilder .....	39
1.3.1	Wirkung von Tuina nach den Lehren der TCM. ....	14	2.6.2	Neurologische Krankheitsbilder .....	40
1.3.2	Wirkung von Tuina aus Sicht der westlichen Medizin .....	15	2.6.3	Krankheitsbilder der Inneren Medizin ..	40
1.4	Kompetenz eines Tuina-Therapeuten ..	15	2.6.4	Gynäkologische Erkrankungen .....	40
1.4.1	Selbstkompetenz und Sozialkompetenz.	15	<b>2.7</b>	<b>Bedingte und absolute Kontraindikationen in der Behandlung mit Tuina</b> .....	40
1.4.2	Fach- und Methodenkompetenz .....	15	<b>2.8</b>	<b>Reaktionen auf die Tuina-Behandlung</b> ..	40
1.5	Tuina in Kombination mit anderen Verfahren .....	16	<b>2.9</b>	<b>Das Leitbahnsystem Jing Luo in der Tuina</b> .....	41
1.5.1	Gua Sha – Schaben .....	16	<b>2.10</b>	<b>Tendinomuskuläre Leitbahnen (TML)</b> ..	42
1.5.2	Ba Guan – Schröpfen .....	16	2.10.1	Pathologie der einzelnen TML .....	43
1.5.3	Moxibustion .....	17	<b>2.11</b>	<b>Außerordentliche Gefäße</b> .....	53
1.5.4	Chinesische Phytotherapie .....	19	2.11.1	Konzeptionsgefäß (Ren Mai) .....	53
<b>2</b>	<b>Wirkung und Behandlungsprinzipien</b>	20	2.11.2	Lenkergefäß (Du Mai) .....	53
<b>2.1</b>	<b>Grundbegriffe</b> .....	20	2.11.3	Durchdringungsgefäß (Chong Mai) ....	53
2.1.1	Yin und Yang .....	20	2.11.4	Gürtelgefäß (Dai Mai) .....	53
2.1.2	Die Substanzen (Säfte) .....	21	<b>2.12</b>	<b>Die subkutanen Regionen</b> .....	53
2.1.3	Pathogene Faktoren .....	22	<b>3</b>	<b>Anamnese und Befunderstellung</b> ...	54
<b>2.2</b>	<b>Zwei Hauptbehandlungsprinzipien in der Tuina-Therapie</b> .....	29	3.1	Diagnostik nach TCM .....	54
<b>2.3</b>	<b>Ba Gang</b> .....	29	3.2	Inspektion nach TCM .....	54
<b>2.4</b>	<b>Acht Behandlungsprinzipien Ba Fa in der Tuina</b> .....	29	3.3	Zungeninspektion .....	54
2.4.1	Bu Fa – Tonisieren und Stützen .....	29	3.3.1	Topografie der Zunge .....	56
2.4.2	Wen Fa – Wärmen, Dynamisieren .....	30	<b>3.4</b>	<b>Pulsdiagnose</b> .....	57
2.4.3	Tong Fa – Lösen von Qi- und Xue-Blockaden .....	30	3.4.1	Organzuordnung zur Pulsposition .....	57
2.4.4	Xie Fa – Ausleiten, Sedieren, Zerstreuen.	30	<b>3.5</b>	<b>Diagnose durch Hören und Riechen</b> ...	58
2.4.5	San Fa – Abführen, Zerstreuen, Auflösen	30	3.5.1	Stimme und Atmung .....	58
2.4.6	Han Fa – Schweiß treiben, Ausleiten. ...	30	3.5.2	Gerüche .....	58
2.4.7	He Fa – Harmonisieren .....	30	<b>3.6</b>	<b>Inspektion und Palpation nach TCM</b> ...	58
2.4.8	Qing Fa – Kühlen, Ableiten, Klären .....	30	3.6.1	Inspektion nach TCM .....	58
<b>2.5</b>	<b>Behandlungsvorbereitungen</b> .....	31	3.6.2	Palpation nach TCM .....	58

<b>3.7 Diagnose durch Inspektion und Palpation des Bewegungsapparates. . . .</b>	59	3.8.5 Funktionsprüfungen zur Beweglichkeit . .	63
3.7.1 Inspektion des Bewegungsapparates. . . .	59	3.8.6 Untersuchung des Schultergelenks . . . . .	65
3.7.2 Inspektion der Extremitäten. . . . .	60	3.8.7 Untersuchung des Ellenbogengelenks. . . .	65
3.7.3 Inspektion der Muskulatur . . . . .	60	3.8.8 Untersuchung der Hand/Finger . . . . .	65
3.7.4 Funktionsprüfung der Gelenke. . . . .	60	3.8.9 Untersuchung des Hüftgelenks . . . . .	65
<b>3.8 Spezifische Untersuchungsmethoden . .</b>	60	3.8.10 Untersuchung des Kniegelenks . . . . .	66
3.8.1 Körperliche Untersuchung . . . . .	60	3.8.11 Untersuchung des Sprunggelenks und Fußes . . . . .	66
3.8.2 Untersuchung der Muskulatur . . . . .	61	3.8.12 Untersuchung des Kopfes . . . . .	67
3.8.3 Untersuchung auf Gangstörungen. . . . .	61	3.8.13 Untersuchung der Reflexe . . . . .	67
3.8.4 Untersuchung der Wirbelsäule und des Beckens . . . . .	62	3.8.14 Untersuchung der einzelnen Spinalnerven	68

## Teil 2 Einführung in die Tuina-Techniken

<b>4 Tuina-Techniken . . . . .</b>	70	<b>5 Erstellen einer individuellen Tuina-Behandlungsabfolge . . . . .</b>	117
4.1 Übersicht Tuina-Techniken . . . . .	70	5.1 Phasen der Behandlung . . . . .	117
4.2 Tuina-Techniken im Einzelnen . . . . .	72	5.2 Entwicklung einer Behandlungsstrategie . . . . .	117
4.2.1 Allgemeine Techniken . . . . .	74	5.2.1 Praktisches Beispiel einer Behandlungsstrategie: Patientin mit Schmerzen und Bewegungseinschränkungen . . . . .	117
4.2.2 Perkussionstechniken. . . . .	89	5.2.2 Körperliche Untersuchung . . . . .	118
4.2.3 Mobilisationstechniken . . . . .	91	5.2.3 Westliche und TCM-Diagnose . . . . .	119
4.2.4 Behandlung mit den Füßen . . . . .	93	5.2.4 Behandlungsablauf. . . . .	119
4.3 Allgemeine Mobilisationstechniken, Traktionstechniken . . . . .	94	5.2.5 Allgemeine Funktionsanalyse. . . . .	120
4.3.1 Blockierungen . . . . .	95	5.2.6 Abfolge auf einen Blick. . . . .	120
4.3.2 Allgemeine Traktionstechniken . . . . .	96	<b>6 Konstitutionstypen . . . . .</b>	121
4.4 Spezielle Behandlungstechniken für einzelne Körperregionen. . . . .	97	6.1 Yang-Typ . . . . .	121
4.4.1 HWS-Techniken . . . . .	97	6.2 Yin-Typ. . . . .	121
4.4.2 BWS-Techniken . . . . .	98	6.3 Chinesische Konstitutionstypen . . . . .	122
4.4.3 LWS-Techniken. . . . .	100	6.3.1 Konstitution Holz . . . . .	122
4.4.4 Mobilisation des Iliosakralgelenks (ISG) . .	103	6.3.2 Konstitution Feuer . . . . .	122
4.4.5 Techniken zur Behandlung der oberen Extremität. . . . .	105	6.3.3 Konstitution Erde . . . . .	122
4.4.6 Techniken für die Gelenke an Hand und Fuß. . . . .	106	6.3.4 Konstitution Metall. . . . .	122
4.4.7 Techniken zur Mobilisation der Hand und Fingergelenke. . . . .	107	6.3.5 Konstitution Wasser . . . . .	123
4.4.8 Techniken zur Behandlung der unteren Extremität. . . . .	108	<b>6.4 Konstitutionelle Massage . . . . .</b>	123
4.4.9 Ganzkörpertechniken. . . . .	109	6.4.1 Allgemeine Behandlung bei Qi-Schwäche	123
4.5 Erstellen einer Behandlungsstrategie. . .	110	6.4.2 Leber-Qi-Stagnation (Gan Qi Yu Jie) . . . . .	124
4.5.1 Leitfaden für die Vorgehensweise . . . . .	110	6.4.3 Milz-Qi-Mangel. . . . .	126
4.5.2 Anschlusstermin. . . . .	116	6.4.4 Nieren-Yang-Mangel. . . . .	127
		6.4.5 Nieren-Yin-Mangel . . . . .	127
		6.4.6 Blut-Stase durch Schwäche . . . . .	128

<b>7</b>	<b>Standard-Behandlungsmodule der einzelnen Körperareale</b> . . . . .	129	<b>7.5</b>	<b>Grundbehandlung Bauch</b> . . . . .	140
<b>7.1</b>	<b>Grundbehandlung Kopf</b> . . . . .	129	<b>7.6</b>	<b>Grundbehandlung Arme</b> . . . . .	142
<b>7.2</b>	<b>Grundbehandlung Gesicht</b> . . . . .	132	<b>7.7</b>	<b>Grundbehandlung Rücken</b> . . . . .	145
<b>7.3</b>	<b>Grundbehandlung Nacken</b> . . . . .	134	<b>7.8</b>	<b>Grundbehandlung Beine</b> . . . . .	148
<b>7.4</b>	<b>Grundbehandlung Thorax</b> . . . . .	138	<b>7.9</b>	<b>Grundbehandlung Fuß</b> . . . . .	153
			<b>7.10</b>	<b>Ganzkörpermassage</b> . . . . .	156

## Teil 3 Prävention und Indikationen

<b>8</b>	<b>Definition und Übungsanleitungen</b> . . . . .	158	<b>9.3.10</b>	<b>Ischialgie/Lumbalgie, lumbales Schmerzsyndrom</b> . . . . .	181
<b>8.1</b>	<b>Definition nach der TCM</b> . . . . .	158	<b>9.3.11</b>	<b>Funktionelle IGS-Blockade</b> . . . . .	183
<b>8.2</b>	<b>Übungsanleitungen</b> . . . . .	159	<b>9.3.12</b>	<b>Mausarm (RSI)</b> . . . . .	183
<b>8.2.1</b>	<b>Pflege des Qi</b> . . . . .	159	<b>9.3.13</b>	<b>Arthrose (Arthrosis deformans)</b> . . . . .	184
<b>8.2.2</b>	<b>Qi-Gong-Zustand</b> . . . . .	160	<b>9.3.14</b>	<b>Achillodynie</b> . . . . .	185
<b>8.2.3</b>	<b>Kraft der Gedanken und Vorstellungen</b> . . . . .	160	<b>9.3.15</b>	<b>Rheumatischer Formenkreis</b> . . . . .	186
<b>8.2.4</b>	<b>Präventive Behandlungen für den Patienten</b> . . . . .	161	<b>9.4</b>	<b>Neurologische Erkrankungen</b> . . . . .	189
<b>8.2.5</b>	<b>Ganzkörperbehandlung mit Tuina zum Abbau von Stress</b> . . . . .	162	<b>9.4.1</b>	<b>Idiopathische Fazialisparese</b> . . . . .	189
			<b>9.4.2</b>	<b>Migräne</b> . . . . .	190
			<b>9.4.3</b>	<b>Kopfschmerz Typ Wind-Kälte</b> . . . . .	191
<b>9</b>	<b>Krankheitsbilder</b> . . . . .	172	<b>9.4.4</b>	<b>Kopfschmerz Typ Milz-Schwäche</b> . . . . .	192
<b>9.1</b>	<b>Schmerz aus Sicht der TCM</b> . . . . .	172	<b>9.4.5</b>	<b>Schmerzen im gesamten Kopfbereich</b> . . . . .	192
<b>9.1.1</b>	<b>Pathologie</b> . . . . .	172	<b>9.5</b>	<b>Gynäkologische Erkrankungen</b> . . . . .	192
<b>9.1.2</b>	<b>Allgemeine Schmerzcharakterbeschreibung</b> . . . . .	172	<b>9.5.1</b>	<b>Dysmenorrhö</b> . . . . .	192
<b>9.1.3</b>	<b>Schmerzanamnese</b> . . . . .	173	<b>9.5.2</b>	<b>Klimakterische Beschwerden</b> . . . . .	193
<b>9.2</b>	<b>Allgemeine Ursachen für die Erkrankungen des Bewegungsapparates aus Sicht der TCM</b> . . . . .	173	<b>9.6</b>	<b>HNO-Erkrankungen</b> . . . . .	194
<b>9.2.1</b>	<b>Klimatische Faktoren</b> . . . . .	173	<b>9.6.1</b>	<b>Allergische Rhinitis</b> . . . . .	194
<b>9.2.2</b>	<b>Emotionale Faktoren</b> . . . . .	173	<b>9.6.2</b>	<b>Grippaler Infekt</b> . . . . .	195
<b>9.2.3</b>	<b>Örtlicher Qi-Mangel</b> . . . . .	173	<b>9.6.3</b>	<b>Asthma bronchiale</b> . . . . .	195
<b>9.3</b>	<b>Häufige Erkrankungen des Bewegungsapparates</b> . . . . .	173	<b>9.7</b>	<b>Innere Erkrankungen</b> . . . . .	196
<b>9.3.1</b>	<b>Myogelosen</b> . . . . .	173	<b>9.7.1</b>	<b>Obstipation</b> . . . . .	196
<b>9.3.2</b>	<b>Halswirbelsäulensyndrom</b> . . . . .	174	<b>9.7.2</b>	<b>Diarrhö</b> . . . . .	198
<b>9.3.3</b>	<b>HWS-Syndrom durch Qi- und Blut-Stagnation</b> . . . . .	175	<b>9.7.3</b>	<b>Hypertonie</b> . . . . .	199
<b>9.3.4</b>	<b>Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD)</b> . . . . .	177	<b>9.7.4</b>	<b>Hypotonie</b> . . . . .	200
<b>9.3.5</b>	<b>Läsionen der Schulter</b> . . . . .	178	<b>9.7.5</b>	<b>Adipositas</b> . . . . .	201
<b>9.3.6</b>	<b>Impingement-Syndrom (Engpass-Syndrom)</b> . . . . .	178	<b>9.7.6</b>	<b>Erektile Dysfunktion</b> . . . . .	202
<b>9.3.7</b>	<b>Frozen Shoulder</b> . . . . .	179	<b>9.7.7</b>	<b>Konzentrationschwäche</b> . . . . .	202
<b>9.3.8</b>	<b>Epicondylitis humeri</b> . . . . .	180	<b>9.7.8</b>	<b>Schlafstörungen</b> . . . . .	203
<b>9.3.9</b>	<b>Karpaltunnelsyndrom (KTS/CTS)</b> . . . . .	180	<b>9.8</b>	<b>Traumatologie</b> . . . . .	204
			<b>9.8.1</b>	<b>Traumata</b> . . . . .	204
			<b>9.8.2</b>	<b>Verletzung von Gelenken</b> . . . . .	205
			<b>9.8.3</b>	<b>Narbenbehandlung</b> . . . . .	206
			<b>9.8.4</b>	<b>Morbus Sudeck</b> . . . . .	207

<b>10</b>	<b>Rezepte für Öle und Kräuterzubereitungen</b> .....	211	<b>10.3</b>	<b>Puder</b> .....	213
<b>10.1</b>	<b>Öle/Trägeröle</b> .....	211	<b>10.4</b>	<b>Alkoholische Zubereitungen</b> .....	214
10.1.1	Rezeptur für eine Trägerölmischung . . .	212	<b>10.5</b>	<b>Kräuterrpfaster</b> .....	214
10.1.2	Öl-Rezepturen zur Anwendung in der Tuina.....	212	10.5.1	Patentrezeptur „Die da Zhen Tong Gao“ (Brown-Pflaster).....	214
<b>10.2</b>	<b>Säfte</b> .....	213	10.5.2	Patentrezeptur Yunnan Baiyao.....	214
10.2.1	Ingwersaft .....	213	<b>10.6</b>	<b>Symphytum officinalis (Beinwell)</b> .....	215
10.2.2	Weitere Säfte zur lokalen Anwendung...	213	<b>10.7</b>	<b>Ergänzende bewährte Kräuterrezeptur</b> .	215

## Teil 4 Berufskunde

<b>11</b>	<b>Therapie mit Tuina</b> .....	218
<b>11.1</b>	<b>Abrechnung</b> .....	218
<b>11.2</b>	<b>Patientendatenbogen</b> .....	218

## Teil 5 Anhang

<b>12</b>	<b>Übersicht der Leitsymptome</b> .....	220	<b>15</b>	<b>Adressen</b> .....	225
<b>13</b>	<b>Tuina-Techniken in alphabetischer Reihenfolge</b> .....	223	15.1	<b>Deutschland</b> .....	225
<b>14</b>	<b>Literatur</b> .....	224	15.2	<b>Schweiz</b> .....	225
			15.3	<b>Österreich</b> .....	225
			<b>16</b>	<b>Abbildungsnachweis</b> .....	226
				<b>Sachverzeichnis</b> .....	227



Christiane Tetling

[Tuina - Praxiswissen kompakt](#)

240 Seiten, kart.  
erschienen 2015



**bestellen**

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