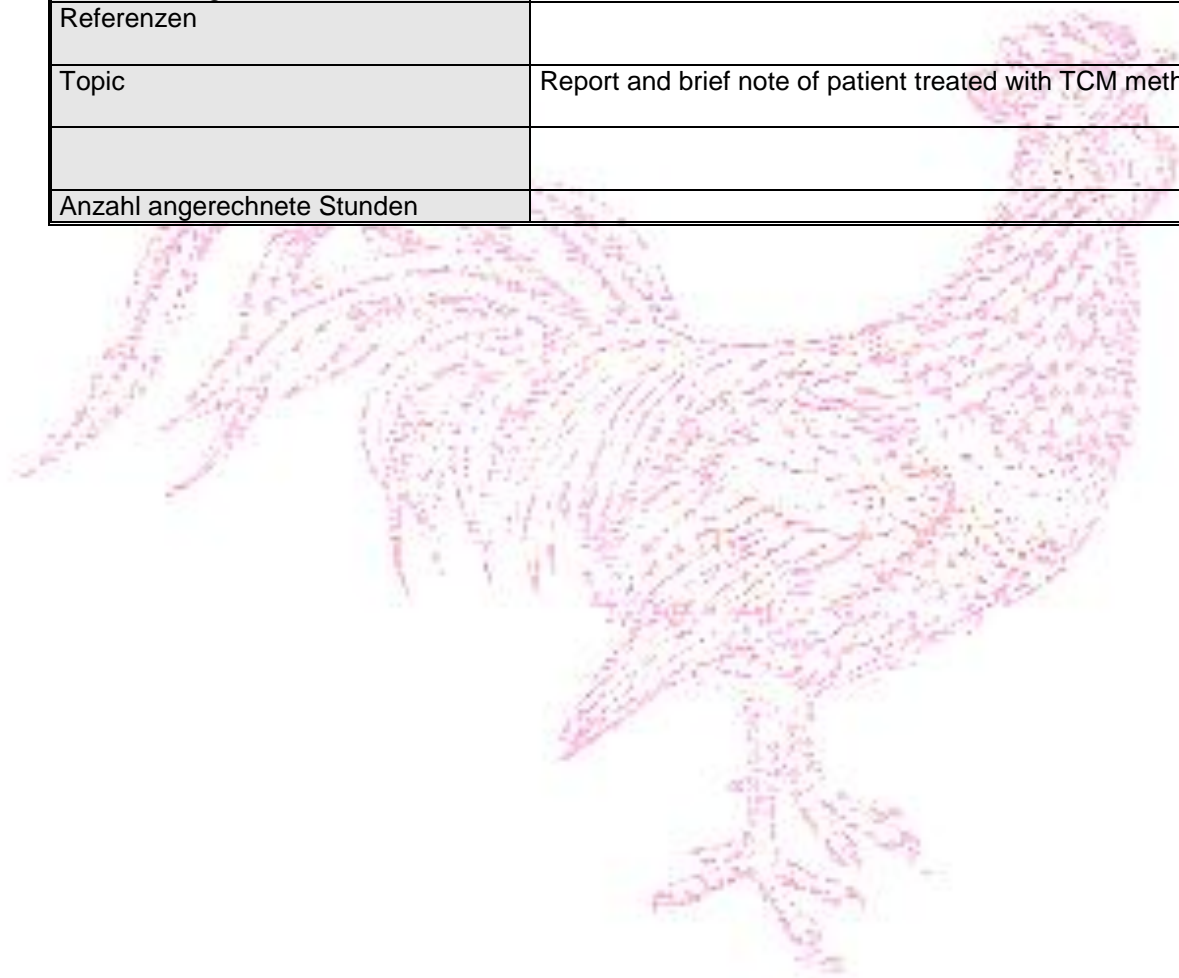


Praktikant	Frau Fischer Silvia
Lehrer	Herr K.Y. Toh
Behandlungsanfang	
Behandlungsende	
1.Besprechung	22.03.2011
2.Besprechung	01.06.2011
Beschreibung	
Referenzen	
Topic	Report and brief note of patient treated with TCM methods.
Anzahl angerechnete Stunden	



DONNERSTAG, 21. OKTOBER 2010

---

Nun habe ich meine erste Patientin bei Toh. Ich werde sie ein Mal pro Woche behandeln, über 3 Monate hinweg.

**Grund des Besuches:** Verspannungen im Nacken-und Schulterbereich, Heuschnupfen und Menstruationsbeschwerden.

Die Verspannungen sind vor allem rund um die Schultern, unterhalb der Schulterblätter. Heuschnupfen manifestiert sich durch Schnupfen, die Nase läuft und kitzelt. Der Monat Mai ist besonders schlimm.

Menstruationsbeschwerden hat sie am ersten Zyklustag. Sie nimmt seit etwa 12 Jahren die Pille. Seit 3 Wochen wechselte sie zu einer anderen Pille, die stärker in ihrer Wirkung ist als die vorige. Grund: Zwischenblutungen und Schmerzen.

Neben den Hauptsymptomen, habe ich eine „Kopf bis Fuss“ Anamnese gemacht, damit nichts vergessen wird. Ob das bei jedem neuen Patienten nötig ist, weiss ich nicht. Jeder neue Patient, der zu Toh geht, bekommt das „Patientenblatt“ wo er seine Beschwerden angeben kann.

Zur Diagnose gehört auch hier der Blick auf die Zunge und den Puls fühlen.

**Zunge:** (Farbe, Form und Belag), eher klein und zitterig (nervös), sehr feucht-nass, Belag fast keiner/dünnere weisser in der Mitte und an der Zungenwurzel, keine Zahneindrücke, Zungenkörper eher blass bis normal

**Zungendiagnose:** Feuchtigkeit im mittleren- und unteren Erwärmer

**Puls:**

Bsp. von mir damals:

li. Chi Dü/He: oberflächl: schwach (xi), tief: fein (xi), leer (xu)

li. Cun Gbl/Le: oberflächl: gespannt, drahtig, seitenförmig (xian), tief: schwach (xi)

li. Guan Bl/Ni: oberflächl: fein, schwach (xi), tief: normal bis klopfend

re. Chi Di/Lu: oberflächl: voll (shi), tief: fein (xi)

re. Cun Ma/Mi: oberflächl: voll (shi), schlüpfrig (hua), tief: verborgen (fu)

re. Guan Sj/Pc: oberflächl: voll (shi), tief: pochend (pounding?)

Den Puls zu ertasten ist sehr schwierig, es ist mir nicht gelungen. Ich konnte hauptsächlich die mittleren Positionen als gespannt/seitenförmig erfühlen.

Toh ist der Meinung, dass alle Positionen sehr gespannt sind. Sie hat einen gut tastbaren Nierenpuls, der bei den meisten Patienten nicht oder sehr schwach tastbar ist.

Üben ist angesagt und zwar täglich.

**Behandlung:** Zuerst Akut-Syndrom, die Verspannungen im Nacken-und Schulterbereich lösen. Erst dann das chronische Syndrom Heuschnupfen behandeln. (Wind-Kälte: äusserer pathogener Faktor, der eingedrungen ist. Kälte da viel Nasensekret). Die Pollenallergie kommt jedes Jahr wieder und braucht somit auch länger zum ausheilen. Ausserdem ist es noch zu früh (Oktober) mit der Heuschnupfenbehandlung anzufangen, da sie die Beschwerden erst im Frühjahr hat.

**Behandlungsprinzip:** Stagnation im Nacken-und Schulterbereich lösen, Qi und Blut bewegen.

Statt Akupunktur machen wir **Akupressur** und **Schröpfen**. Dies wiederholen wir die ersten 6 Behandlungen. Das gibt der Patientin Zeit, mehr in sich hinein zu spüren und Veränderungen wahrzunehmen. Und mir die Gelegenheit zu üben und ebenfalls Notiz von Veränderungen zu nehmen durch die gleichen Folgebehandlungen.

**Schröpfen:** Die Patientin legt sich zuerst auf den Bauch. Toh fängt auf einer Seite an, von oben nach unten zu schröpfen. Ich bereite mich für die andere Seite vor. Wichtig ist, dass ich die Schröpfgläser sanft auf die Haut stelle, also nicht mit Druck. Das ist mir ab und zu passiert aus Angst, dass sie runterfallen könnten.

Ihre Verspannungen liegen um die Schultern herum, der Punkt Gbl 21 scheint jedoch nicht besonders betroffen zu sein.

Wie gesagt, leite ich die Energie nach unten, mache stopp beim Beckenkamm und fahre über Gbl 30 über den Blasenmeridian nach unten fort bis ich an den Füßen angekommen bin.

Ich arbeite mit etwa 6 Schröpfgläsern gleichzeitig, dabei achte ich darauf, dass ich im Nacken- und Schulterbereich eher kleinere Gläser verwende. Je weiter ich mich nach unten arbeite, unterer Rücken, desto grössere Gläser benutze ich dann. Bei den Beinen genau umgekehrt. Ich fange mit grösseren Schröpfgläsern bei den Oberschenkeln an, gegen unten werden die Gläser wieder kleiner.

Ich lasse die Schröpfgläser nur kurze Zeit auf der Haut, sprich einige Sekunden. Die Patientin spricht sehr schnell auf die Behandlung an, da sich der Rücken von ihr langsam rot verfärbt. Das ist in Ordnung, es zeigt, dass die Durchblutung gut ist und keine Stagnation vorhanden ist.

Ich denke, das Schröpfen ist gut für sie, weil die Wärmeempfindung im Körper reguliert wird. Da die Patientin sich selbst als „Gfrörl“ bezeichnete, sollte ihr diese Behandlungsmethode entgegen kommen.

**Akupressur:** Die Patientin legt sich nun auf den Rücken. Hier, und auch beim Schröpfen, sollte man darauf achten, dass die Person gerade liegt. Sie sollte es bequem haben, da sonst der Fluss des Qi blockieren kann. Es gibt Kissen, die man ihr z.B. unter die Knie legen kann oder Bettflaschen unter die kalten Füsse etc.

Auch hier beginnt Toh auf einer Seite indem er seine Hand unter den Rücken der Patientin schiebt um mit den Fingern Druck von unten auszuüben. Die Patientin muss dabei nichts machen. Die Verspannungen lösen sich mit dem eigenen Gewicht.

Dann bin ich mit der anderen Seite dran. Auch ich fange bei **Bl 11** an und arbeite mich an der inneren Blasenleitbahn abwärts bis **Bl 25**. Ich merke, dass das sehr anstrengend ist für die Finger und den Unterarm, es braucht viel Kraft und vor allem Übung!

Ich bat meine Patientin mir zu sagen, wo Toh genau entlang ging und wie fest er gedrückt hat. Wichtig für mich, das Gefühl zu bekommen und für die Patientin, dass sie auf beiden Seiten die gleiche Behandlung bekommt.

Wie fühlt sich die Patientin nach der Akupressur? Sie sagt: „leichter und entspannter.“

Das nächste Mal beginne ich bei Gbl 20. Das kann ich dann auf beiden Seiten gleichzeitig machen.

**Was ist passiert in den Stunden, Tagen nach der Behandlung?**

Am ersten Tag nach der Behandlung waren die Verspannungen zunächst schlimmer geworden. Es gab druckempfindliche Stellen dort wo die Schröpfgläser drauf waren. Die folgenden Tagen ging es allerdings besser als die Tage vor der Behandlung, also positiver Effekt.

Die Patientin sah, meiner Meinung nach, entspannter aus. Sie wurde bei der Erstbehandlung aufgeklärt was wir, bzw. ich, machen werden, somit konnte sie sich darauf einstellen und sich auf die Behandlung einlassen.

Sonst etwas Ungewöhnliches erlebt? Hat sich etwas geändert? Gab der Körper eine Reaktion von sich?

### DONNERSTAG, 28. OKTOBER 2010

---

Heute habe ich die Behandlung ganz alleine gemacht. Toh war zu Beginn noch dabei, erklärte mir noch vorher, dass wir genau das Selbe wie letztes Mal machen würden.

Bevor ich mit der Behandlung begann, fragte ich meine Patientin wie es ihr in den letzten Tagen nach der Behandlung erging. Sie sagte gut, sogar besser als zuvor. Toh verabschiedete sich und ich legte los.

Ich rufte mir alles nochmals ins Gedächtnis von der letzten Behandlung. Die Patientin aufklären was ich machen werde, sie sollte es bequem haben, Kissen, Decken, Bettflaschen usw.

Ich fing an zu **schröpfen**, von oben nach unten. Auch hier erinnerte ich mich, die kleinen Gläser für die Nacken- und Schulterpartie zu verwenden, weiter unten im Beckenbereich die etwas grösseren Gläser. Damit fuhr ich fort über die Beine, genauso wie bei der ersten Behandlung.

Ich hatte das Gefühl bei Toh „schröpft“ es besser, da es bei ihm mehr Lärm machte...

Ich fragte die Patientin zwischendurch wie es ihr ginge und ob sie sich wohl fühle. Wenn sich etwas zu heiss anfühlte sollte sie sich melden.

Ich bearbeitete zuerst die linke dann die rechte Seite. Ich achtete mich darauf, dass die nicht zu behandelnde Seite schön zugedeckt blieb, damit ihr nicht kalt wurde.

Dann durfte sich die Patientin auf den Rücken legen.

Nun war die **Akupressur** an der Reihe. Ich setzte mich am Kopfende des Schragens hin, meine Hände legte ich ihr unter ihren Hals. Auch hier arbeitete ich alleine mit dem Druck von unten. Ich fing diesmal bei **Gbl20** an. Die Patientin konnte sich gut entspannen, was mir die Arbeit sehr erleichterte und ich schnell zu einem guten Ergebnis kam.

Toh schaute vorbei und korrigierte mich in meiner Haltung. Ich sollte mich aufrechter hinsetzen während ich akupressiere! Ich sollte (auf den Seiten) nur mit einer Hand arbeiten, nicht mit beiden. - Mit beiden ist es natürlich etwas einfacher, da das Gewicht des Patienten dann verteilt ist. Mit einer Hand ist es aber effizienter! - Gut, es war hart für die Finger. Ausserdem habe ich vergessen der Patientin Kissen unter die Knie zu legen damit sie es noch bequemer hatte.

Auch hier begann ich auf der linken Seite. Ich fragte die Patientin ob es zu stark oder zu schwach sei, sie konnte mich da auch näher heranzuführen, eben auch auf ihre individuelle Empfindung abgestimmt. Das funktionierte soweit. Dann die andere Seite. Ich musste die Zeit im Auge behalten damit ich beide Seiten gleich lang behandelte.

Da sie die stärkste Verspannung rund um die Schultern verspürte, war es für sie besonders toll, wenn man mit der Hand unter die Schulterblätter fasste und sie mit den Armen leicht

nach aussen zog. Schwierig beim ersten Mal war überhaupt die Schulterblätter zu fassen, das war damals sehr verspannt. Diesmal ging es lockerer. Auch hier kam Toh und korrigierte mich wie ich den Arm zu halten habe und wie ich mit der rechten Hand richtig das Schulterblatt zu fassen bekomme. Und dabei immer auf meine eigene Haltung zu achten. Nicht ganz einfach. Da ich mich bei der Behandlung voll und ganz auf den Patienten einlasse und mich dabei vergesse. Toh machte es mir ein paar Mal vor, dann war ich wieder dran.

Ich glaube die Patientin hat es genossen so sehr betreut zu werden, dass sie am Schluss wirklich entspannt und glücklich nach Hause ging. ☺

Vor lauter Konzentration auf die Behandlungen mit Schröpfen und Akupressur, habe ich doch glatt die Zungen- und Pulsdiagnose vergessen!

Das nächste Mal werde ich das auf keinen Fall vergessen. Sollte ich beides zu Beginn machen und am Schluss von der Behandlung nochmals vergleichen?

### **Was ist passiert in den Stunden, Tagen nach der Behandlung?**

Gut, keine Beschwerden. Die Patientin fühlte sich entspannter. Es braucht länger bis es zu Verspannungen kommt und falls es dazu kommt, fällt es ihr leichter wieder zu entspannen.

## **DONNERSTAG, 4. NOVEMBER 2010**

---

Kleiner **Einschub in Akupressur**. Heute durfte ich Toh für eine Stunde behandeln, nur mit Akupressur.

Ich bestand darauf, denn ich möchte von ihm wissen wie es sich für den Patienten anfühlen soll. Wo am Rücken ich genau drücke muss, mit welcher Intensität und wie weit ich gehen kann usw.

Zuerst ist es wichtig, dass der Patient gerade auf dem Rücken liegt, sonst ist der freie Qi-Fluss nicht gewährleistet.

Der Halsbereich war am schwierigsten zu tasten. Ich war es mir gewohnt ziemlich fest zu drücken, da ich ja selber hartnäckige Verspannungen habe. Aber das sollte ich nicht beim Patienten machen. Wie sich zeigen wird...

Wichtig dabei ist, dem Patienten nicht das Gefühl vom Einengen zu geben. D.h. ich halte meine Hände offen, Pronation (als würde ich einem Japaner ein Geschenk offerieren). Ich drücke also nicht mit den Daumenballen an den Kopf sondern der Kopf des Patienten ruht auf meinen Händen. Das einzige was ich mache, ist Druck mit den Fingerspitzen auszuüben, gegen den Schädelansatz (Gbl20). Der Rest macht das Gewicht des Patienten.

Der nächste Punkt ist die Schulter. Dort sind viele Menschen - die einen mehr, die anderen weniger - verspannt. Dort kann ich die Schulter wieder mobilisieren, in dem ich sie gegen aussen ziehe und die Verklebungen löse. Dabei schiebe ich die Schulter hoch, Richtung Kopf, nehme den Arm und pendle ihn aus. Dabei immer auf meine eigene Haltung achten!

Bei Toh ging es gut da er keine Verhärtungen hatte, so war seine Schulter beweglich und ich kam mit meinen Fingern gut zwischen Muskel und Schulterblatt.

Man kann nun der Blasen-Leitbahn folgen bis zum Beckenknochen. Ich merkte allerdings nach etwa 10 Minuten konstantes drücken, dass meine rechten Finger langsam zu zittern begannen. (Anscheinend ist meine linke Hand stärker als die rechte!)

Toh registrierte das schnell, also bat er mich meine Finger, die ganz heiss wurden vom Druck, unter dem kalten Wasser abzukühlen. Das ist nicht ohne. Dabei sollte man auch noch mit beiden Händen, bzw. Fingern, gleich sensibel sein. Übung macht den Meister.

Das nächste Mal lerne ich den Kopf in meinen Händen nach rechts und nach links zu drehen. Auch da werden Muskelverhärtungen gelöst.

### FREITAG, 5. NOVEMBER 2010

---

Diesmal war Toh bei der Behandlung dabei. Beendet habe ich die Behandlung selber.

**Zunge** (Farbe, Form und Belag): Die Farbe war normal, die Form eher klein, Belag dünn bis normal. Im Gegensatz zur ersten Zungendiagnose hatte die Zunge diesmal Zahnabdrücke an den Rändern. Sie war auch nicht so nass wie das erste Mal.

**Zungendiagnose:** Feuchtigkeit im mittleren- und unteren Erwärmer, evtl. Milz-Qi-Mangel

#### **Puls:**

Bsp. von mir damals:

li. Chi Dü/He:	oberflächl: schwach (xi),	tief: fein (xi), leer (xu)
li. Cun Gbl/Le:	oberflächl: gespannt, seitenförmig (xian),	tief: schwach (xi)
li. Guan Bl/Ni:	oberflächl: fein, schwach (xi),	tief: normal bis klopfend
re. Chi Di/Lu:	oberflächl: voll (shi),	tief: fein (xi)
re. Cun Ma/Mi:	oberflächl: voll (shi), schlüpfrig (hua),	tief: verborgen (fu)
re. Guan Sj/Pc:	oberflächl: voll (shi),	tief: pochend (pounding?)

Zur Zungen- und Pulsdiagnose: Ich denke die Patientin war müde. Sie hatte diese Woche Nachtschicht. Das würden die Zahnabdrücke, den Milz-Qi-Mangel/Feuchtigkeit, erklären. Der Puls war sanft, ein bisschen träge. Gallenblase dagegen klopfend.

Ich schröpfte die Patientin wieder, es ging schon ein wenig routinierter. Dann durfte sie sich wieder auf den Rücken legen. Toh machte den Anfang am Hals, da ich das Gefühl noch nicht so hatte. Die Schultern durfte jedoch ich alleine bearbeiten.

Toh liess mich alleine und bat mich auch die Behandlung alleine abzuschliessen, da auch er einen weiteren Patienten hatte. Das fand ich gut, denn irgendwie bin ich der Patientin viel näher wenn ich alleine mit ihr arbeite.

Während der Akupressur versuchte ich mit verschiedener Intensität zu massieren. Und siehe da, die Patientin wünscht es an einem Ort stark massiert zu werden, an einem anderen Ort jedoch viel weniger stark! Eine Geschichte der Individualität also.

Ich nahm mir Zeit und spürte mich in die Patientin hinein und liess mein Qi fließen. (Ich glaube die Meditation in der Yoga-Ausbildung kommt mir jetzt zu gute!)

Dann passierte es: Meine Patientin ist eingeschlafen! Was ein gutes Zeichen ist?!

Als ich zum Ende kam, liess ich meine Hände ohne Druck unter ihrem Rücken liegen um nicht abrupt abubrechen, denn auch so fließt die Energie weiter durch sie hindurch. Sie wurde langsam wach und ich fragte sie, wie sie sich nun fühle.

Sie sagte gut, aber sie habe Kopfschmerzen. Ich fragte sie wo genau, und sie meinte am Kopf. Sie zeigte an die Gallenblasen-Leitbahn. Da ich der Meinung war, wir hätten noch Zeit, akupressierte ich nun doch den Hals, sowie Toh es gemacht hat. Ich drückte **Gbl20** solange bis mein Gefühl mir sagte okay stopp. Die Patientin stand auf und berichtete mir, das Kopfweh sei verschwunden.

Und was mir am besten gefiel am Ganzen, sie ging wieder mit einem entspannten Lächeln nach Hause.

DONNERSTAG, 11. NOVEMBER 2010

---

Heute habe ich mich nicht besonders gut angestellt. Meine Gedanken waren zerstreut und ich liess mich vom „Alltags-Stress“ beeinflussen.

Ich freute mich wie immer auf meine Patientin. Ich habe mich einen Tag zuvor kurz mit ihr ausgetauscht wie es ihr ergangen ist seit den Behandlungen. Sie sagte gut, sie sei immer so entspannt nach den Behandlungen. Nichts desto trotz sollte man sich vor jeder neuen Behandlung wieder beim Patienten erkundigen (und zwar so, dass es der Supervisor auch mitbekommt!)

**Puls-und Zungendiagnose:** Siehe Behandlungsblatt

Die Behandlung war die gleiche wie zuvor: **Schröpfen und Akupressur.**

Auch hier war Toh zu Beginn der Behandlung dabei. Das ist wohl der Grund, dass ich leicht nervös werde, wenn man mir über die Schultern schaut. Die Routine, wenn man das schon so nennen darf, ist dann wie weggeblasen. Man fühlt sich kontrolliert und unsicher. Am liebsten würde ich das einfach abschalten. Da Toh aber ein Mensch ist, der viele Jahre Erfahrung in dem Gebiet hat, ist das leichter gesagt als getan. Da schreit das Ego, der Perfektionismus und der Ehrgeiz aus mir heraus!

Gut. Toh verabschiedete sich und erklärte mir, er käme kurz vor Ende nochmals dazu um den Nacken zu behandeln. Da es aber zeitlich schon drüber war, entschied ich mich, das selbst in die Hand zu nehmen. Ich kann das schliesslich auch. Und v.a. mache ich das gerne.

Die Patientin war zufrieden und ich schickte sie nach Hause.

Vor der Behandlung habe ich recherchiert:

Ich wollte wissen welche Punkte sich am Nacken befinden. Ich muss schliesslich wissen welche Punkte ich aktiviere durch die Akupressur.

Somit fasste ich mal zusammen, ersichtlich in der Zeichnung „Hauptpunkte des Hinterkopfes und Nacken“ im Anhang.

Was allerdings auch spannend ist, sind die Extrapunkte wie „Anmian“ z.B., was übersetzt „ruhiger Schlaf“ bedeutet. Er liegt zwischen GI20 und Sj17, eigentlich genau dort, wo man die Finger unter dem Schädelansatz platziert. Nebst der entspannenden Wirkung, beruhigt es den Geist (Shen) und fördert den Schlaf.

Weiter unten, auf der Blasen-Leitbahn, 2 Cun lateral von Du14, befindet sich noch der Extrapunkt „Dingchuan“ was so viel heisst wie „Asthma beruhigen“. Dieser Punkt passt ebenfalls zu meiner Patientin, die an Anstrengungs-Asthma leidet. Ich versuche deshalb bei der Akupressur nicht erst bei BI11 sondern weiter oben anzufangen, damit diese Punkte auch stimuliert werden.

### **Merkzettel für mich**

- Früher kommen als die Patientin
- Fragen, hat sich etwas verändert an den Symptomen seit den Behandlungen
- Patientin aufklären was ich machen werde
- Patientin bitten sich hinzulegen, es ihr bequem machen: Bettflaschen, Decken, BRILLE!
- Puls- und Zungendiagnose mit Arbeitsblatt
- Bequeme Schuhe und Kleidung

- Schröpfgläser bereit legen, Zange und Feuerzeug
- Nach der behandelten Seite ZUDECKEN! Andere Seite behandeln
- Akupressur am Kopf 15 Min., linke Seite 15 Min. und rechte Seite 15 Min.
- Langsam abschliessen
- Zusammenräumen: Handtücher, Kissen und Bettflaschen weg. KOPFSTÜTZE wieder dran, Kissen darauf und frisches Tüchlein

### **Was ist passiert in den Stunden, Tagen nach der Behandlung?**

Die Patientin bekam Zwischenblutungen. Sie behauptete es käme von der neuen Pille. Schmerzen dabei hatte sie jedoch nicht. Sonst fühlte sie sich gut.

## BSG-TCM ABEND, 11. NOVEMBER 2010

---

### **Vortrag über Schröpfen**

**Warum Schröpfen?** Um pathogene Faktoren auszuleiten, Blut und Qi bewegen, Meridiane durchgängig machen, Schmerzen beseitigen (Muskel- und Gelenkschmerzen), Akupunkturpunkte aktivieren, z.B. Verdauung anregen, Ausleiten von trübes Blut und Blutstau, z.B. Hautbeschwerden.

### **Anwendung**

Mit leichtem Unterdruck (bei Qi-Mangel), tonisierend bei schwachen Patienten, ca. 30 Min.

Mit mässigem Unterdruck

Mit starkem Unterdruck (bei Fülle, Wind-Kälte, Leber-Qi Stagnation), ca. 10-15 Min.

Schröpfmassage entspannt die Muskeln, stärkt das Wei-Qi (bei Bi-Syndromen)

In Verbindung mit Akupunktur (bei Bi-Syndromen)

In Verbindung mit Akupunktur und Moxibustion

Kurzes Schröpfen mit hohem Unterdruck um Qi und Blut bewegen

Blutiges Schröpfen (bei Gelenkschmerzen, Blutstase)

### **Reaktion des Körpers**

Entspannung des Gewebes

Vasodilatation und erhöhter Blutzufluss, darauf Blutandrang

Gesteigerte Durchlässigkeit der Kapillarwand

Vermehrte interstitielle Flüssigkeit (Pischinger ECM)

Saugeffekt setzt Substanzen/Feuchtigkeit frei (Wasserdampf in Gläsern)

Löst Verklebungen

Regt den Stoffwechsel an

Stärkt die Immunabwehr

Vermehrte Ausscheidung von Toxinen

keine/geringe Hautrötung: Mangelzeichen (Qi, Blut oder chron. Verspannungen), schwächere Patienten, Blutzirkulation und Lymphe werden angeregt. Tonisieren!

starke Hautrötung (Blutung der Kapillaren): Patienten mit Fülle-Syndrom (Blutstase, Blut-Hitze, Qi-Stagnation, exogene pathogene Faktoren. Sedieren!

Beispiele zur Anwendung:

Lungen-Erkrankung und Erkältung Du14, Bl12, Bl13

Wei-Qi unterstützen (Schöpfmassage Shu-Punkte)



Le-Qi Stagnation Rücken- und Beinmassage und Blutzirkulation anregen  
Akuten Gelenkschmerzen (Ashi, blutig, lokal), Arthrose (Moxa), aktivierte Arthrose, rot mit Schwellung kontraindiziert (Fernpunkte anwenden)  
Genickstarre Gbl20 und lokalpunkte  
Schulterarthrose Dü10, Dü11, Di15  
Ischias Ashi, Gbl- und Bl-Leitbahn  
Lumbago untere Bl-Punkte, Bl23, Bl25, Bl40  
Asthma Extrapunkt „Dingchuan“ und Bl13  
Mi-Qi-Mangel, schwaches Bindegewebe (Schröpfen an den Beinen)

### DONNERSTAG, 18. NOVEMBER 2010

---

Dito, die gleiche Behandlung wie letztes Mal.

Ich nahm zu Beginn der Behandlung wieder den Puls, und liess mir Zeit dabei. Je länger ich in den Positionen verweilte, desto mehr schien ich zu spüren. Ich spürte jedoch nur, dass die Pulse schwach und wegdrückbar waren.

Die Zunge erschien mir weniger geschwollen als letztes Mal, denn sie hatte keine Zahnabdrücke. Der Belag war weniger, nicht mehr weiss und dick, eher fein und nass. Die Zunge war rot, v.a. die Spitze.

Der Ablauf war klar. Zuerst den Rücken schröpfen, dann Akupressur am Rücken. Gesprächsthema Nummer 1 war unsere Tanzaufführung am Samstag.

Ich hielt die Zeit ein. Ich fragte sie, ob sie noch einen Wunsch hätte wo ich noch akupressieren könnte, da sie aber praktisch keine Verspannungen mehr hatte, war die Behandlung für Heute erledigt.

#### **Was ist passiert in den Stunden, Tagen nach der Behandlung?**

Die Patientin sagte, sie fühle sich gut nach der Behandlung. Keine weiteren Beschwerden.

### DONNERSTAG, 25. NOVEMBER 2010

---

Heute war die Behandlung sehr schön. Meine Patientin schlief 4 Mal ein während der Akupressur und ich habe sie noch nie so schnarchen gehört!☺

Es sollte nun die letzte in dieser Form sein, da wir das nächste Mal mit Akupunktur anfangen werden. Dazu sollte ich mir einige Gedanken darüber machen, welche Punkte ich ihr stechen werde. Ich darf 6 Punkte wählen, auf meine Verantwortung.

Ich gehe also die Symptom-Liste nochmals durch und sehe mir die Kopf- bis Fussanamnese nochmals an. Auch die Zungen- und Pulsdiagnose werde ich bei der Punktwahl mit einbeziehen.

Da ich bisher immer den Rücken behandelt habe, Schröpfen und Akupressur, wird die Akupunktur am vorderen Teil (ventral) des Körpers sein. Somit bin ich auch offen trotz der Akupunkturnadeln zu akupressieren.

Diesmal sah die **Zunge** meiner Patientin erstaunlich anders aus als sonst.

Ich sah keinen Belag, als wäre die Zunge mit der Zahnbürste frisch geschruppt worden. Ich kann mich erinnern, dass sie ganz am Anfang noch einen dicken weissgelben Belag hatte.

Was nun aber markant hervorsticht ist die Röte der Zunge, wie die Zungenspitze.

Toh sagte ausserdem, dass sie immer noch einen leicht gelben Belag hätte. Hitze ist also im Spiel. Jedoch ist sie immer noch sehr feucht/nass (nass steht eigentlich für Kälte, und steht mit der roten Zunge und dem gelben Belag im Widerspruch!) Wir einigen uns auf Feuchtigkeit im mittleren Erwärmer, also Milz und Magen.

Wie kann sich die Zunge in diesem Zeitraum so verändern?

Die 6 Behandlungen mit Schröpfen und Akupressur haben wohl ihre Wirkung gezeigt. Sie haben viel Qi und Blut bewegt und auch Schlacken in Bewegung gesetzt.

Ein Feedback zum **Puls** ist schwierig zu geben, da ich mir nicht sicher genug beim Tasten fühle. Bis jetzt war es so, dass vor allem die Mitte sich sehr schlüpfrig anfühlte, der Puls an sich eigentlich voll ist. Die Gallenblase erschien mir etwas seitenförmig, die Leber wiederum schlüpfrig. Der Nierenpuls ist bei ihr meiner Meinung nach stark.

Wenn ich den Puls meiner Patientin mit meinem Puls vergleiche, dann ist ihrer ganz sicher verpackter als meiner. Bei mir pocht es heftig, bei ihr ist es eher wie eine Perlenkette in Öl getränkt (sorry für die plastische Ausdrucksweise!).

### **Kurzer Rückblick:**

Die Patientin kam mit Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich, Rückenschmerzen (LWS) und Kopfschmerzen (an den Schläfen), Heuschnupfen und Menstruationsschmerzen (Pille).

In der Kopf- bis Fussanamnese beschrieb sie zusätzlich das Anstrengungs-Asthma, trockene (Kopf-) Haut und das Zähneknirschen in der Nacht. Vor einem Jahr hatte sie einen Nierenstein mit Koliken, sie trinkt allgemein sehr wenig.

Sie klagte zu Beginn über kalte Extremitäten (nur Füße) und ist vom Gemüt her eher hippelig und unruhig.

Da die Patientin Wasser in den Beinen hatte, kann es gut sein, dass die Körperflüssigkeit nicht regelmässig in den 3 Erwärmern verteilt wird. Also eine Diskrepanz zwischen unterem, mittlerem und/oder oberem Erwärmer vorherrscht. Was es genau ist, weiss ich noch nicht. Ob es nötig ist zu wissen, glaube ich nicht, denn man kann die Flüssigkeiten, bzw. Wasserstrassen, mit dem San Jiao regulieren.

### **Offene Fragen:**

Wie ist ihr Trinkverhalten jetzt? Mehr Durst, Verlangen nach trinken, kleine Schlücke, Lust auf Kaltes oder Warmes etc.? Feuchtigkeit!

Gefühl von im kalten Wasser sitzend? Kalte Füße, heisser Kopf? Dai Mai!

### **Behandlungsansätze:**

Die **Gallenblase** und **San Jiao** springen mir ins Auge. Ich kann mich an die Akupressur erinnern, als meine Patientin Kopfschmerzen hatte, das war exakt die Gallenblasen-Leitbahn.

Das Zähneknirschen stellt den Bezug zum Holz her. Der verkrampfte Unterkiefer spricht dabei den Uterus an (Mensschmerzen), dieses Wissen kommt aus dem Yoga, es heisst: „Wenn der Kiefer entspannt ist, ist es der Uterus der Frau auch“.

Allgemein ist im oberen Körperbereich viel mehr Spannung (Verspannungen) als im unteren Bereich (Wasser in den Beinen). Es könnte also sein, dass der Dai Mai betroffen ist.

Die **Niere** hält jedoch auch einige Symptome bereit: Die LWS Geschichte, die sie seit klein auf hat, die kalten Füsse und die Nierensteine.

Dabei denke ich, wäre es auch schlau die Nieren zu stärken um die Leber besser zu verankern. Da der Puls die Spannung nach aussen trägt (Gallenblase), zeigen sich die Symptome in den Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich.

Dann wären da noch die **Körperflüssigkeiten**, die aus Milz und Magen entstehen. Nach der „Schule der Mitte“ sollte immer zuerst die Mitte gestärkt werden. **Ma36 und Mi3?**

**Mi3** entfernt zu viel Feuchtigkeit. Die Frage ist, ob der Punkt am richtigen Ort die Feuchtigkeit regulieren kann, oder doch eher der San Jiao dafür besser geeignet wäre, z.B. **Sj10** reguliert die Wasserwege. Ausserdem gibt es in jedem Erwärmer einen spezifischen San Jiao Punkt.

Es kann aber auch sein, dass die Flüssigkeit stagniert ist (trockene Haut, schuppige Kopfhaut, nasse Zunge, Wasser in den Beinen)...

Das Lungen-Qi ist u.a. für die Verteilung der Flüssigkeiten zuständig.

Ich werde mir kein Buch zur Hilfe holen, sondern mal brain stormen... Siehe Anhang!☺

### Was ist das Behandlungsprinzip?

Blut- und Qi-Stagnation lösen, Mitte stärken, Feuchtigkeit regulieren und transformieren und evt. das Lungen-Qi absenken.

Fragen, die noch zu klären sind:

Was war anders (sein über einer Woche nicht in Behandlung)?

Energiehaushalt, Müdigkeit? (Milz-Qi-Mangel)

Ödeme? Wasser in den Beinen? (Ni7)

Asthma? Atembeschwerden? Ein- oder Ausatmung? (Ni/Lu)

---

**FREITAG, 10. DEZEMBER 2010**

---

Fallausarbeitung und Punkteauswahl:

- Ren12** stärkt die Mitte, tonisiert Milz- und Magen-Qi, transformiert Feuchtigkeit, **Alarm-Mu-Punkt des Magens, Hui-Punkt der 6 Fu-Organen.**  
Lokalisation: 4 Cun oberhalb des Bauchnabels; Mitte der Verbindungsstrecke von Xiphoid/Sternum und Bauchnabel. (Moxa oder Cupping)
- Di4** Ursprungs-Yuan-Qi-Punkt, reguliert das Abwehr-Qi, leitet Obstruktionen aus, „der grosse Ausleiter“, mit Le3 löst Leber-Qi Stagnation. Löst **Leber-Qi**

**Stagnation.**

Lokalisation: Zwischen 1. und 2. Metakarpalknochen in der Mitte auf dem Muskelschwulst.

**Le3** reguliert Menstruation, wirkt spasmolytisch, öffnet die Augen, beruhigt den Geist, Erd-Punkt, Ursprungs-Yuan-Qi-Punkt. Löst **Leber-Qi Stagnation**.

Lokalisation: In der Vertiefung am Winkel zwischen dem 1. und 2. Metatarsalknochen, auf dem Fussrücken

**Mi6** „Treffpunkt der 3 Yin“ (Ni, Le und Mi), stärkt und harmonisiert die Milz, nährt Yin und Blut, reguliert Leber und Niere (reguliert Uterus, Menstruation), aktiviert den Qi und Blut-Fluss, entfernt Wind-Feuchtigkeit von Meridian und Netzgefäßen, beruhigt den Geist. „**Kreuzungspunkt der 3 Yin-Meridiane**“.

Lokalisation: 3 Cun über der höchsten Stelle des Malleolus medialis an der Hinterkante der Tibia

**(Le13) Alarm-Mu-Punkt von Milz, Hui-Punkt der Zang-Organen.**

Reguliert und stärkt die Milz, entfernt Nahrungsstagnation von Milz und Magen, harmonisiert den Leber-Qi-Fluss und beseitigt Blutstase. (Moxa oder Cupping)

Lokalisation: Direkt unter dem freien Ende der 11. Rippe, bei gebeugtem und abduziertem Arm berührt die Ellenbogenspitze den Punkt.

**Le14 Alarm-Mu-Punkt der Leber.**

Fördert den harmonischen Leber-Qi-Fluss, reguliert Leber- und Milz-Funktionen, Entspannt den Thorax, entfernt Schleim und Stagnation, kühlt das Blut, reguliert Qi und Blut. (Moxa oder Cupping)

Lokalisation: Im 6. ICR auf der Mamillarlinie

**Lu7** Durchgangs-Luo-Punkt, Öffnungspunkt des Ren Mai und allg. **Fernpunkt für Nacken und Hinterkopf.**

Reguliert das Lungen-Qi, vertreibt pathogene Faktoren, öffnet die Oberfläche und regt Schweißbildung an, macht Meridian und Netzgefäße durchgängig, öffnet und reguliert den Ren Mai (in Kombination mit Ni 6), reguliert die Wasserpassagen.

Lokalisation: Ca. 1,5 Cun proximal zu Di5

**Zungen- und Pulsdiagnose:**

Die Zunge war an der Spitze etwas rot, meiner Meinung nach war die Zunge sehr nass (für Toh nicht!), weniger Schleim. Der Puls war oft wegdrückbar und fein.

**Zusätzliche Fragen/aktuelle Beschwerden um Behandlungsprinzip anzupassen:**

Die Patientin hatte keine zusätzlichen Symptome und war nicht Müde. Wäre sie Müde gewesen, hätte ich Ren17, Ma36, Mi6 und Le14 anstelle der „4 Tore“ (Di4 und Le3 bd.) genadelt, die die Milz stärken.

Alle Punkte wurden beidseitig gestochen, bis auf Ren12. Ein nicht ganz ungefährlicher Punkt zum stechen. Ich hatte die Wahl zwischen Moxa und Schröpfglas. Ich entschied mich fürs Schröpfen, da sie Hitzesymptome zeigte (rote Zunge).

Ich begann mit Di4, da wusste ich noch nicht, dass Toh beide Seiten behandeln wollte. Ich bekam den Auftrag mir 6 Punkte auszudenken und diese werden genadelt. Ich ging also davon aus: li. Di4, re. Le3, li. Le13, li. Mi6, re. Lu7 und Moxa auf Ren12.

Doch ich irrte mich. Ich fing an, an meiner Punktauswahl zu zweifeln, da sie für die erste Behandlung doch etwas heftig und schmerzhaft sein würde.

Nichts desto trotz, machten wir die Behandlung wie von mir beschrieben. Toh machte es auf einer Seite vor und ich machte es nach. Da ich nicht genau wusste ob ich tonisieren oder sedieren sollte, stach ich neutral. Ich bekam dafür äusserst kurze Nadeln – speziell fürs erste Mal!☺

Also wurden meiner tapferen Patientin gleich zu Beginn die „4 Tore“ geöffnet, und wie erwartet war es auch schmerzhaft für sie. Sie sagte, dass **Di4** in ihr Arm ausstrahlte und den Punkt spürte sie noch nach der Behandlung sehr intensiv. **Le3** war der schlimmste – logisch! Gefolgt von **Ren12**, nur ein Schröpfungsglas drauf gesetzt. Weiter mit **Le14**, dabei nahm Toh die Haut zwischen Zeigefinger und Daumen und nadelte von Innen gegen Aussen, so dass die Nadel fast flach lag. **Mi6** spürte meine Patientin nur auf meiner Seite und **Lu7** war ähnlich wie Le14, Haut zwischen Zeigefinger und Daumen, jedoch sedierend also gegen die Leitbahn gerichtet.

Nach der **Akupunktur** ging es meiner Patientin gut, sie spürte keine Schmerzen mehr. Also fuhr ich mit der **Akupressur** fort wobei sie sich dort wieder entspannen konnte.

### Was ist passiert in den Stunden, Tagen nach der Behandlung?

Die Patientin war in den Ferien. Sie war um die Schultergegend verspannt, es wurde aber wieder besser. Sonst keine Beschwerden und keine Veränderungen nach der letzten Akupunktur Behandlung.

### FREITAG, 17. DEZEMBER 2010

---

Heute überdenke ich meine Punktauswahl von letzter Woche. Ich hörte meine Patientin die letzten Tage, und sie spürte nichts Besonderes nach der ersten Akupunkturbehandlung.

Frage an Toh: Wenn der Patient nichts spürt, ist es dann der falsche Behandlungsansatz? Toh sagt: Nein. Der entscheidende Punkt ist die Energie des jeweiligen Menschen. Behandelt man einen Patienten der viel Energie hat, wird er weniger an Veränderungen fühlen. Ist es ein Patient mit wenig Energie, wird er sich an die letzte Behandlung zurück erinnern und genau sagen, was er gefühlt hat.

Toh sagt, diese Patientin ist eine gute Patientin. Sie hat genug Energie und ihre Behandlung fruchtet. Sie fühlt sich gut und entspannt wenn sie die Praxis verlässt.

Ich habe das letzte Mal ihre Leber-Qi-Stagnation behandelt, auf Grund von Verspannungen und Mensbeschwerden. Doch ob sich ihre Mensbeschwerden gebessert haben, werde ich nie erfahren, da sie ja die Pille nimmt!

Das gleiche mit dem Anstrengungsasthma, ich habe sie noch nie erlebt mit dieser Geschichte. Sie sagt sie hat es, aber zeigt keine Symptome diesbezüglich.

Was ist mit der Niere? Keine Beschwerden.

Um vielleicht die Behandlung etwas angenehmer zu gestalten, werde ich heute nicht noch mal die „4 Tore“ öffnen – vielleicht nur einen!☺ Nein, aber ich könnte ja statt Le3, **Gb134** nehmen. Der **Mi6** werde ich sicher beibehalten, weil er viele Indikationen hat, wie das Yin-

und Blut nähren. Vielleicht sollte ich diesmal auch mehr auf die Mitte eingehen, ich meine damit **Ma36**, **Ma40** falls sie Schleim/Feuchtigkeit zeigt.

**Le14** würde den Bezug zur Leber-Qi-Stagnation machen, diesen könnte ich auch beibehalten.

Allgemein können folgende Punkte bei Frauenbeschwerden eingesetzt werden: Ren4, Ren3, Bl32, Bl31, Ren17, Le14, (Le13)...

Ich werde spontan entscheiden, anhand den Symptomen, die sie mitbringt und den Punkten, die ich im Hinterkopf behalte.

**Zunge:**

Die Zunge zeigte eine rote Spitze und hatte einen leicht gelben Belag. Sie war nicht nass.

**Puls:**

Meiner Meinung nach gut tastbar, kräftig und etwas gespannt.

Da meine Patientin sonst keine anderen Symptome mitbrachte, ausser die rote Zungenspitze, blieb ich bei einigen oben beschriebenen Punkten: **Gbl34** als Alternativpunkt zu **Le3**, **Mi6**, **Le14** und **Pe6** um die Hitze im Herzen zu klären.

Mi6 war sehr schmerzhaft für die Patientin, es schien so als hätte sie etwas geschwollene Beine, jedenfalls atypisch da ich bis jetzt nur Patienten mit einer Leere in Mi6 gesehen habe.

Danach fuhr ich mit Akupressur fort, bei welcher sie wieder wunderbar entspannen konnte und mehrmals einschlieft.☺

**Was ist passiert in den Stunden, Tagen nach der Behandlung?**

Die Patientin verspürte ein leichtes Ziehen rund um Gbl20.

---

**MONTAG, 20. DEZEMBER 2010**

---

**Zunge:**

Der Belag war etwas grau, nass und die Zungenspitze war gerötet.

**Puls:**

Die Niere war meiner Meinung nach weg drückbar und fein, die übrigen Positionen waren seitenförmig und voll.

Und wieder überdenke ich meine Punktauswahl:

Ich bleibe bei **Gbl34** und **Mi6**, dazu nehme ich **Lu7** (mit Ni6 könnte ich den Ren Mai öffnen) mit Di6 würde ich die Wasserwege regulieren und ich würde die energetisch- und emotionale Ebene behandeln. Ausserdem ist die Kombination zwischen Lu7 (Luo) und Di6 (Luo) bei Trägheit und Stagnation indiziert und es schafft Verbindung zwischen Yin- und Yang des gekoppelten Funktionskreises.

Diesmal wollte ich **Le13** mitbehandeln, weil dieser Punkt eine gute Verbindung schafft zu Mi6, da hierüber sich Erde und Holz gleichzeitig behandeln lassen. Ich habe Le13 bisher noch

nie genadelt - schwierig entsprechend, war die Lokalisation. Ich musste das Ende der 11. Rippe finden.

Toh machte das sehr geschickt, er fuhr mit der Hand über den Rippenbogen als die Patientin zuckte und kicherte, hat er ihn gefunden. Hier war wichtig, dass man die Nadel sehr flach ansetzte. Ich machte das gleiche auf der anderen Seite. Auch alle anderen Punkte wurden beidseitig gestochen.

Da meiner Meinung nach meine Patientin zu wenig Symptome zeigte, liess ich Di6 beiseite. Ich hoffte mehr Informationen aus ihr heraus zu kitzeln. Wenn sie körperlich keine Symptome hat, dann vielleicht aber emotionale?? Aber dies war nicht der Fall, sie hatte weder Wutanfälle oder sonst etwas, was ihr aufgefallen wäre.

**Akupressur** ohne die Schultern extra zu behandeln, Gefahr wegen den Nadeln.

Die Patientin war sehr geschwätzig, sie war voll im Einkaufsrausch und war mit den Gedanken schon längst wieder bei den Geschenken und Essen usw..... Ich musste mich richtig anstrengen, dass sie mich nicht mitriss.

Ich bin gespannt auf die nächste Behandlung nach den Ferien. Le13 heisst „ein Kapitel beenden“, vielleicht wird sie mit einem neuen Kapitel wiederkommen.

### DONNERSTAG, 13. JANUAR 2011

---

(Eventuell die Kombination zwischen Lu7 und Di6. Konstitutionell bewegt sich die Patientin zwischen Erde, Holz und Metall.)

Meine Patientin war Müde. Die Umstellung machte ihr zu schaffen. Bei der Arbeit hat sie momentan Frühdienst.

Seit sie nicht in Behandlung war, verschlimmerten sich ihre Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich.

Sie war letzte Woche erkältet, ist jetzt aber wieder vorbei.

#### **Puls:**

Der Puls fühlte sich schlüpfrig an auf der rechten Seite und etwas gespannt auf der linken Seite. Toh fügt hinzu, dass er oberflächlich ist mit wenig Volumen, etwas gespannt und etwas schlüpfrig.

#### **Zunge:**

Die Zunge zeigt einen etwas weissen Belag im mittleren Erwärmer, bzw. Schleim in der Mitte. Ich machte also folgende Behandlung: Ich **schröpfte** ihr den Rücken, darauf freute sie sich weil sie es für sehr angenehm und entspannend empfand. Nur seit ich Akupunktur mache, habe ich das Schröpfen aus zeitlichen Gründen gelassen. Aber es reichte ja.

Als Akupunkturpunkte nahm ich **Gbl34** zur Entspannung der Sehnen und Muskeln. Ich stach auf beiden Seiten wobei ich auf die Druckempfindliche Stelle achtete. Die linke Seite war korrekt, die rechte Seite war zu weit hinten, der Punkt muss auf der Vorderseite sein – nicht auf der Rückseite des Fibulaköpfchens! Da die Patientin etwas geschwollene Beine hatte, war ich vorsichtig mit **Mi6**, den sie als besonders schmerzhaft empfand. Es ging aber in dem sie tief durchatmete. Bei der Ausatmung, nadelte ich. Die rechte Seite ging etwas leichter

und konnte die Nadel dem entsprechend mehr bewegen und spürte diesmal die Leere im Punkt. Rasch reagierte sie und sagte er ziehe in den grossen Zehen.

Als nächstes nadelte ich **Le14**, im Gegensatz zu meiner anderen Patientin, reagiert sie überhaupt nicht auf diesen Punkt, sie spürt nicht mal, dass ich steche...!

Mit **Lu7** wartete ich. Ich wollte eine gute Akupressur machen, da sie die Verspannungen hatte, also stach ich ihn erst nachdem ich die rechte Seite akupressierte. Der Punkt konnte dann genug lang liegen bleiben bis ich mit der linken Seite durch war mit der Akupressur.

Bei der **Akupressur** konnte ich die Verspannung spüren. Ich behandelte rund um die Schulterblätter, zuerst die rechte Seite. Ich arbeitete mich in die Schulter hinein und machte die Armbewegung dazu. Als ich fertig war machte sie den Seitenvergleich und die rechte Seite fühlte sich ganz klar besser an, die linke hingegen verklebt und undurchgängig. (Akupunkturnadel rechts Lu7, er zog in den Daumen.) Dito auf der linken Seite.

Die Patientin schlief wunderbar ein auf beiden Seiten. Ich liess mir Zeit und verharrte mit den Fingern lange an einer Stelle. Dabei merkte ich wie die Muskeln zuckten und losliessen.

Die Patientin war nach der Behandlung sichtlich entspannter als zuvor. Sie streckte sich genüsslich und fühlte sich pudelwohl. 😊

Am Ende, als ich die Patientin verabschiedete, dachte ich an die falschgestochenen Punkte wie Gbl34 rechts. Toh überliess mich ja die ganze Behandlung über alleine arbeiten, was ich gut finde. Aber natürlich kam er zu kontrollieren und bemerkte eben unter anderem, dass Gbl34 zu weit hinten sass. Ausserdem fiel mir ein, dass ich eigentlich genau so gut **Mi9** und **Ma40** hätte stechen können, immer hin zeigte die Patientin Schleim im mittleren Erwärmer! Das nächste Mal werde ich das machen, leider sind es nur noch 2 Behandlungen, dann ist Schluss mit der Serie.

Punkt Kombination für das nächste Mal ist also: **Mi9** (reguliert die Wasserwege bei geschwollenen Beinen oder Wasser in den Beinen, fördert Diurese und transformiert Feuchtigkeit) **Ma40** (transformiert Feuchtigkeit und Schleim v.a. den Substanzlosen, nicht sichtbaren Schleim, auch bei Ödemen und Asthma bronchiale).

Jetzt fällt mir ein, dass sich die Patientin über ihre blauen Flecken an den Beinen aufregte. Das tat sie schon einmal. Ist das Grund genug die Behandlung auf dieses Problem auszurichten und die Verspannungen beiseite zu lassen? Milz-Qi-Mangel, Schwäche des Bindegewebes, müsste die Ursache dafür sein. Bei der Behandlung von Schleim ist die Milz schon dabei (Mi9). Gbl34 werde ich weg lassen, da es sonst zu viele Punkte am Bein wären, ebenso Mi6. Dann bleiben noch Le13/14 und Lu7...

---

**DONNERSTAG, 20. JANUAR 2011**

---

### **Was ist passiert in den Stunden, Tagen nach der Behandlung?**

Meine Patientin hatte erneut Verspannungen in der Schultergegend, jedoch nur die ersten 3 Tage nach der Behandlung. Es kann gut sein, dass es vom Schröpfen kam, was sich so anfühlt wie Muskelkater.

Was mich heute etwas störte, war, dass meine Patientin kurz angebunden war und mit ihren Gedanken schon beim nächsten Termin war. Ich musste mich also genau an die Zeit halten.



**Puls:**

Der Puls war voll und gespannt, links mehr als rechts. Der Nierenpuls war etwas schwächer.

**Zunge:**

Die Zunge zeigte einen weiss-grauen Belag im mittleren- und unteren Erwärmer. Die Ränder war rot sowie die Zungenspitze.

Ich änderte diesmal die Punktauswahl und dachte zuerst an Ma40 und Mi9 um Schleim auszuleiten. Eine Alternative dazu wäre auch Mi6, Mi9 und Ren9, welche Feuchtigkeit im ganzen System ausleitet.

Toh machte mich aufmerksam auf die rote Zunge, also muss Hitze v.a. im Leber und Gallenblasenbereich sein. Ich entschied mich also zu **Gbl43**, **Le14** und **Mi9**. Alle drei Punkte leiten Hitze und Schleim aus und lösen die Le-Qi-Stagnation.

Die Patientin reagierte sehr empfindlich auf Gbl43, Le14 war harmlos – obwohl sie den Punkt diesmal stärker spürte als sonst. Mi9 konnte ich nur auf einer Seite nadeln, die andere Seite war zu empfindlich. Schon alleine der Druck mit den Fingern empfand sie als schmerzhaft. Also manipulierte ich ohne Nadel.

Zum Schluss wendete ich die **Akupressur** an für die Nacken- und Schultermuskulatur. Sie schlief dabei prompt wieder ein und schnarchte laut. Dann war die Stunde auch schon vorbei. Das war nun die zweitletzte Behandlung.

#### **DONNERSTAG, 27. JANUAR 2011**

---

Das erste Mal hatte ich eine Panne auf dem Hinweg zum Praktikum, daher kam ich etwas später. Die Patientin war schon auf dem Schragen, als sie mir erzählte, dass sie sich eine Erkältung eingefangen hätte.

Möglicherweise wollten wir mit Moxa arbeiten und wechselten noch rasch das Praxiszimmer.

Die Patientin war sei Dienstag krank. Es erwischte sie sehr plötzlich und hatte zu Beginn Kopf- und Gliederschmerzen, fühlte sich entsprechend krank und nun begleitete sie nur noch der Husten. Nichts desto trotz, war dies ein neuer Behandlungsansatz.

Eine Shang Han Lun Erkrankung erfolgt durch äussere Kälte, die in den Körper eindringt. Sie wandelt sich rasch in Hitze um. Um nun die Hitze auszuleiten, kann man Moxa anwenden. Meine erste Reaktion war zuerst auf keinen Fall Moxa, da ihre Zunge einen gelben Belag hatte. Doch in diesem Fall ging es in Ordnung.

Da die Lunge wieder einen grossen Stellenwert bei der Behandlung hatte, war diese wieder die Behandlungsfläche Nummer 1.

Entweder ich schröpfe ihr den Rücken (Lungenregion) und die Vorderseite und nehme die Punkte: Le14, Ren17, Lu1 und eventuell Mi9 und Ma40 oder ich schröpfe zuerst die Vorderseite dann die Rückseite und nadele die Blasenpunkte von Bl11 bis Bl25.

Da ich die erste Kombination schon kenne, nämlich als Punktauswahl bei chronischem Asthma-Husten, nahm ich die andere. Ich klärte die Patientin auf was ich machen würde und sie erklärte sich einverstanden.

Was mich noch interessierte, war wie sich ihr Stuhlgang verändert hatte seit der letzten Behandlung. Sie sagte, sie hatte einen weichen lockeren Stuhl, was sie von sich eigentlich nicht gewohnt sei. Es war also eine ähnliche Reaktion wie bei der anderen Patientin nach dem ich Mi9 oder Ma40 gestochen habe.

### **Puls:**

Der Puls war oberflächlich, gespannt und etwas schlüpfzig.

### **Zunge:**

Die Zunge hatte einen dicken weiss-gelben Belag.

Zur Behandlung: Ich schröpfte also die Lungengegend auf der Brustseite über Le14. Toh stellte einen Moxazylinder im unteren Erwärmer (zwischen Ren2 und Ren8) und einen Moxazylinder im mittleren Erwärmer (zwischen Ren10 und Ren17) auf die Haut.

Die Patientin empfand es schnell zu heiss, somit wanderten die Moxazylinder auf dem Ren Mai ziemlich überall umher.

Das **Moxa** hinterliess eine dichte Nebelfront im Praxisraum, dass man kaum atmen konnte. Trotzdem gut, dass wir das Zimmer gewechselt haben, denn hier konnte man die Türen öffnen!

Die Rückseite war dran. Ich schröpfte auch hier die ganze Lungengegend bis der ganze Rücken regelmässig rot war. Dann war es soweit, dass ich die Blasenpunkte stechen sollte. Dazu brauchte ich Toh. Ich erinnerte mich daran, als er sie mir einmal stach, leider konnte ich ja nichts sehen. Er zeigte mir also wie man die Blasenpunkte auf dem inneren Ast findet und wie man sie stach. Er war rassig unterwegs, begann bei **Bl11** und arbeitete sich runter. Zwischen Bl17 und Bl18 liess er einen Dornfortsatz aus und machte weiter **bis Bl25**.

Schlussendlich hatte die Patientin 10 Nadeln auf der rechten Seite stecken. Dann war ich dran, ich tastete mich genau wie er an HWS7 und setzte die erste Nadel bei Bl11, für mich war es die gleiche Höhe wie auf seiner Seite, wenn man das ganze jedoch von oben (vom Kopf der Patientin) betrachtete, war meine Nadel komplett schief. Ausserdem war es eine Frage der Technik: man kann die Nadel mit einem Führungsrohr stechen, was vielleicht etwas angenehmer ist für den Patienten, oder man zieht die Haut ein wenig straff bevor man zusticht. Für mich war das schwierige, dass ich immer die Dornfortsätze abtasten musste und manchmal verrutschte, ich musste mich also immer wieder an Toh's Nadeln orientieren.

Die Patientin hatte also 20 Nadeln im Rücken und sah aus wie ein Igel! Der wohl schmerzhafteste Punkt für sie war Bl11 auf der rechten Seite, wo Toh akupunktierte.

Ich liess sie also gut 20 bis 25 Minuten so liegen. Ich blieb im Raum und unterhielt mich noch ein bisschen mit ihr, da es die letzte Behandlung sein würde. Sie unterbrach immer wieder mit: „Es brennt!“ Wo? „Oben!“ Wie gesagt Bl11!

Ich bin gespannt wie sie sich die nächsten Tage fühlt, ob die Erkältung abgeklungen ist oder schlimmer geworden ist.

**Was ist passiert in den Stunden, Tagen nach der Behandlung?**

Die letzte Behandlung war vorbei. Der Zustand der Patientin hatte sich zuerst gebessert, war jedoch kurz darauf wieder erkältet. Ein hin und her folgte.

Auch ihr danke ich herzlich, da sie so mutig war sich auf die Akupunktur Behandlung einzulassen. Sie versuchte oft hart zu sein, war in Wirklichkeit aber ganz sanft und sensibel.

Sie war meine erste Patientin und mit ihr schliesse ich hier ab.

### SCHLUSSWORT

---

*Was erhoffte ich zu lernen bevor ich das Praktikum startete?* Ich wollte den praktischen Umgang mit Akupunkturnadeln, Moxa und das Handling mit Schröpfgläsern erlernen. Auch die Akupressur ist ein Teilgebiet, welche ich in der Ausbildung nicht kennenlernen durfte, darum war es für mich umso spannender, dessen Wirkung zu erleben.

*Was habe ich gelernt?* Ich habe in erster Hinsicht gelernt, dass nicht alles so ist, wie ich es aus den Büchern kenne. In der Literatur (beispielsweise von Maciocia oder Deadman) geht es um Erkrankung/Syndrome/Symptome wobei eine passende Punktkombination erläutert wird. Dem ist nicht so, wenn ich einen Patienten behandle, fängt die Diagnose schon bei der ersten Sekunde an. Ich lerne den Patienten langsam kennen, seine Art, sein Konstitution, seine körperlichen- und emotionalen Probleme usw. Das heisst für mich, dass jeder als Individuum behandelt werden muss. Deswegen gibt es keine Punktkombination nach Buch in der Praxis, sondern ich kreierte immer wieder Variationen, neue Punktkombinationen, auf diesen bestimmen Menschen ausgerichtet. Ich stelle mich also auf jeden Patienten neu ein und passe das Behandlungskonzept an diese Person und an seine Bedürfnisse an.

*Was hat mir Freude gemacht?* Freude hat mir vor allem der Umgang mit den Patienten gemacht. Toh sagte mir von Anfang an: „Sprich mit den Patienten.“ Und so habe ich zu jeder meiner Patientinnen eine Beziehung aufbauen können.

*Was hat mir gefehlt?* Ich versuchte mit mehreren Themen übergreifend zu arbeiten und anzuwenden, z. B. Lehre nach den 5 Wandlungsphasen, Ba Gang, Shang Han Lun (6 Schichten), Wen Bing, Umläufe, Organuhr, 8 aussergewöhnliche Gefässe, Extrapunkte usw. Mir fehlte der direkte Austausch oder die Diskussion, welche Themengruppe am geeignetsten wäre und warum. Es spielte sich mehr bei mir im Kopf ab, bzw. im Protokoll, als zwischen Toh, als Supervisor und mir, als Praktikantin. Deswegen wohl das lange Praktikums-Protokoll☺

Diesbezüglich fällt mir ein, dass es weitere „Punktkategorien“ gibt, wie die Himmelfensterpunkte, die 13 Geistpunkte, die 4 und 6 Kommandopunkte usw. Ich hätte gerne gerade die Himmelfensterpunkte näher kennengelernt und sie genadelt. Das ist z. B. etwas, was ich mir nicht, oder noch nicht, zutraue (am Hals liegende Punkte sind schwierig zu nadeln).

Toh erklärte mir, lieber sichere Punkte zu nadeln, als gefährlichere in der Hals-, Thorax oder Pulsgegend. Das sehe ich ein, aber wenn ich es nicht übe, wie soll ich es dann anwenden?

Diese Sicherheit bräuchte ich für *meine* Praxistätigkeit. Ausserdem ist es die Übung zwischen den Themen zu switchen (z. B. von den 5 Wandlungsphasen über Ba Gang über Shang Han Lun), um wirklich ein breites Behandlungskonzept zu erstellen. Somit kann ich das Problem

von vielen Seiten in Angriff nehmen. Das ist sicher etwas, was ich noch lernen muss. Ich hoffe auch, dass das irgendwann automatisch in die Diagnose einfließt ohne viele Überstunden zu machen.

*Was fehlt noch für die eigene Praxistätigkeit?* Nur weil ich jetzt ein Praktikum abgeschlossen habe und mich in gewissen Themen sicherer wiege, heisst das noch lange nicht, dass ich die nötige Erfahrung habe, Leute zu behandeln. Ich werde mein Bestes versuchen und ich weiss, dass ich mich ständig weiterentwickeln muss. Ich denke, ich werde mit jedem Menschen, der mit einem Problem zu mir kommt, dazu lernen und wachsen. Das wird eine Lebensaufgabe sein. Ich möchte auch *meine Art, mein eigener Spirit*, finden zu behandeln und möglichst eine effiziente und ganzheitliche Behandlung gewährleisten. Was möchte der Patient und was kann ich ihm geben, wird für mich stets Ausgangspunkt jeder Konsultation sein.

Worüber ich Toh sehr dankbar bin, ist, dass er mir verschiedene Methoden in TCM gezeigt hat und sie mir näher brachte. Dabei waren die Akupunktur, das Schröpfen, die Akupressur und die Kräuter. (In chin. Kräuter habe ich bis jetzt noch keine Erfahrung, dennoch war es ein wichtiges Hilfsmittel bei der Syndrom-Behandlung!)

Ausserdem konnte ich selber noch einiges einbringen, wie verschiedene Atemtechniken und Entspannungsübungen aus dem „Dao-In“ (chin. Yoga) und aus der Ernährungslehre.

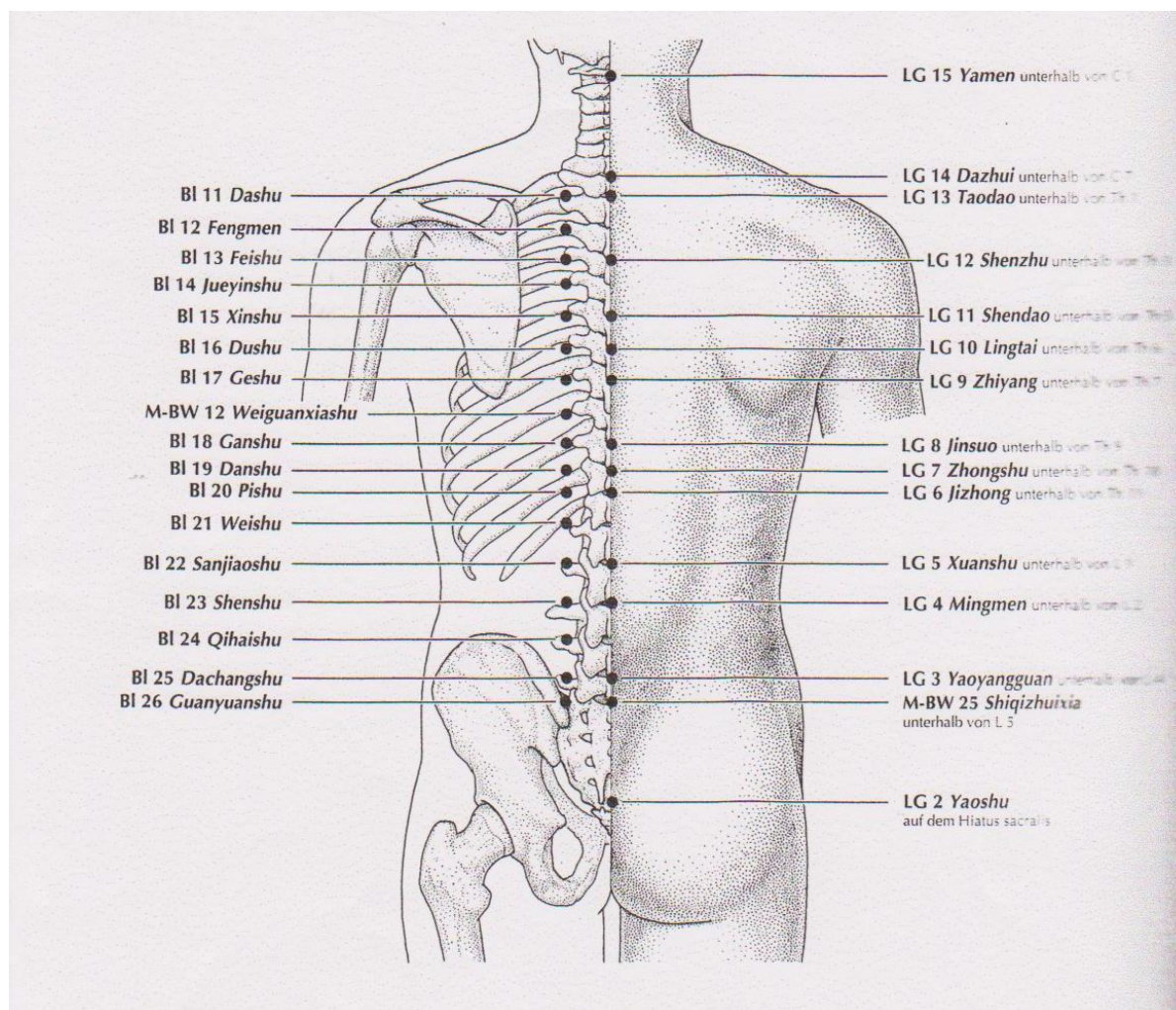
Ich bedanke mich herzlich bei Kian Yong Toh, für das er mir einen wertvollen Einblick in seine Arbeit gegeben hat und so meinen Horizont erweitert hat, für seine Offenheit, sein Engagement, seine Freundlichkeit und seine Geduld.

Vielen Dank.

(Es folgt der Anhang)

### **Akupressur**

Die Akupressur erfolgt über Blase 11 bis Blase 17 (oberer Erwärmer).  
Spezifische Punkte und deren Wirkungen werden bei den Behandlungen erläutert.



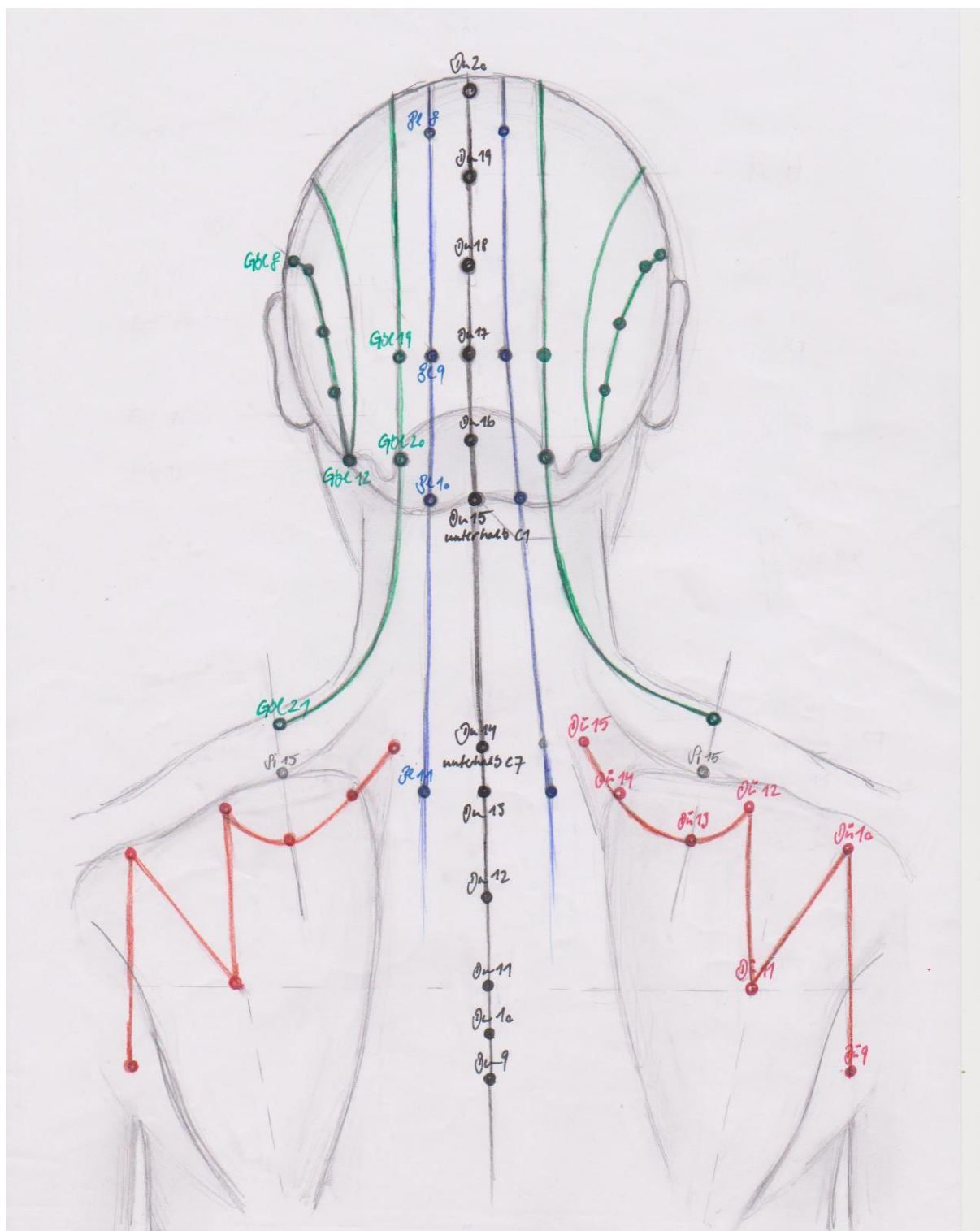
### Warum die Rücken-Shu-Punkte

Die Shu-Punkte (Zustimmungspunkte) haben direkten Einfluss auf die Organe (ZangFu), damit ist der innere Ast (1,5 cun von der Medianlinie) gemeint (Siehe Abbildung).

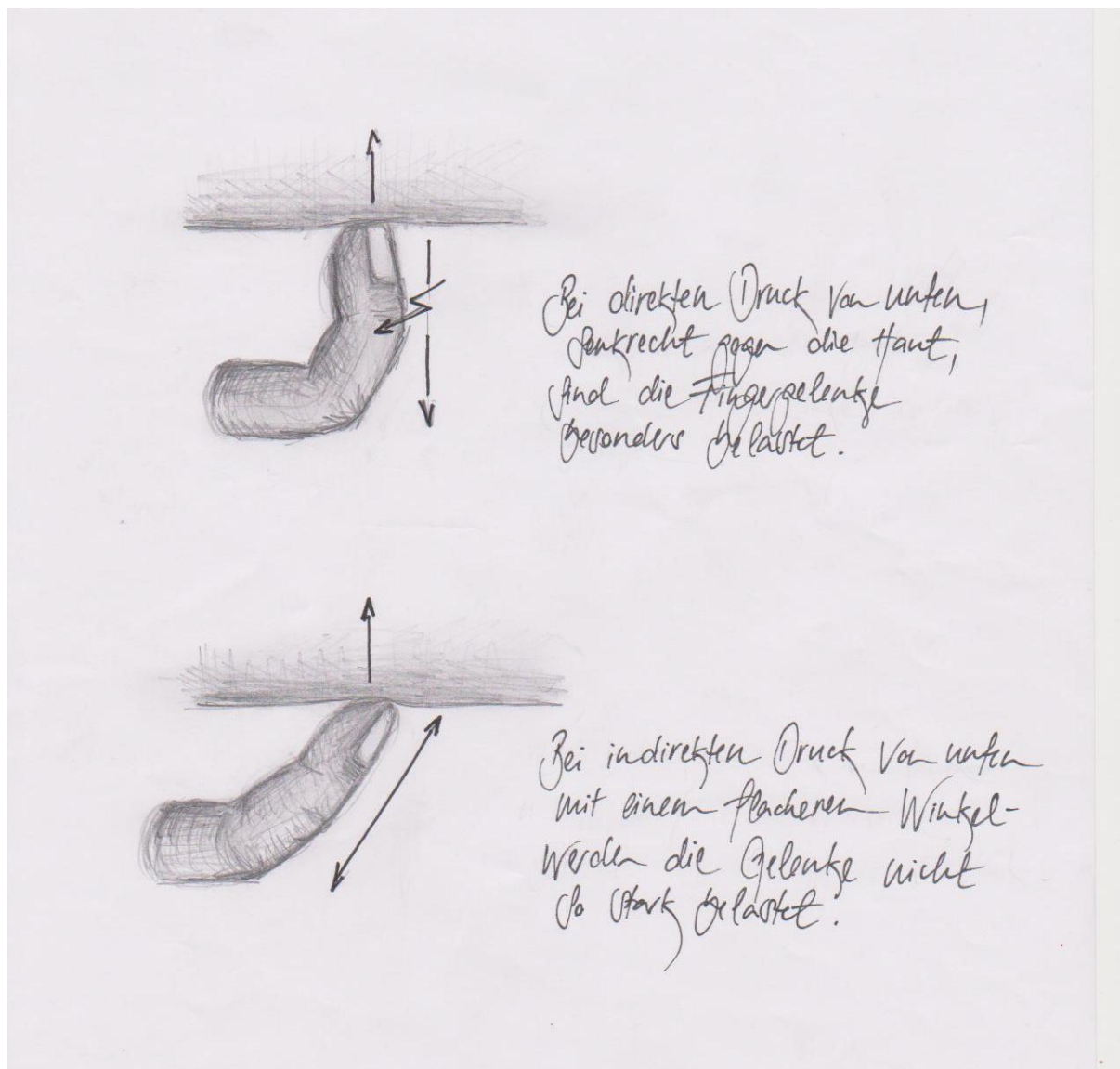
Der äussere Blasen-Ast (3 cun von der Medianlinie) hingegen, hat seinen Wirkungsbereich in den psychomentalen Vorgängen.

### Einflussbereich der Akupressur

Auch in der Kopf- und Nackenregion, hat die Akupressur einen grossen Einflussbereich, z.B. über den Gallenblasen-Ast (grün), welche bei akuten Kopfschmerzen sehr lindernd wirken kann.



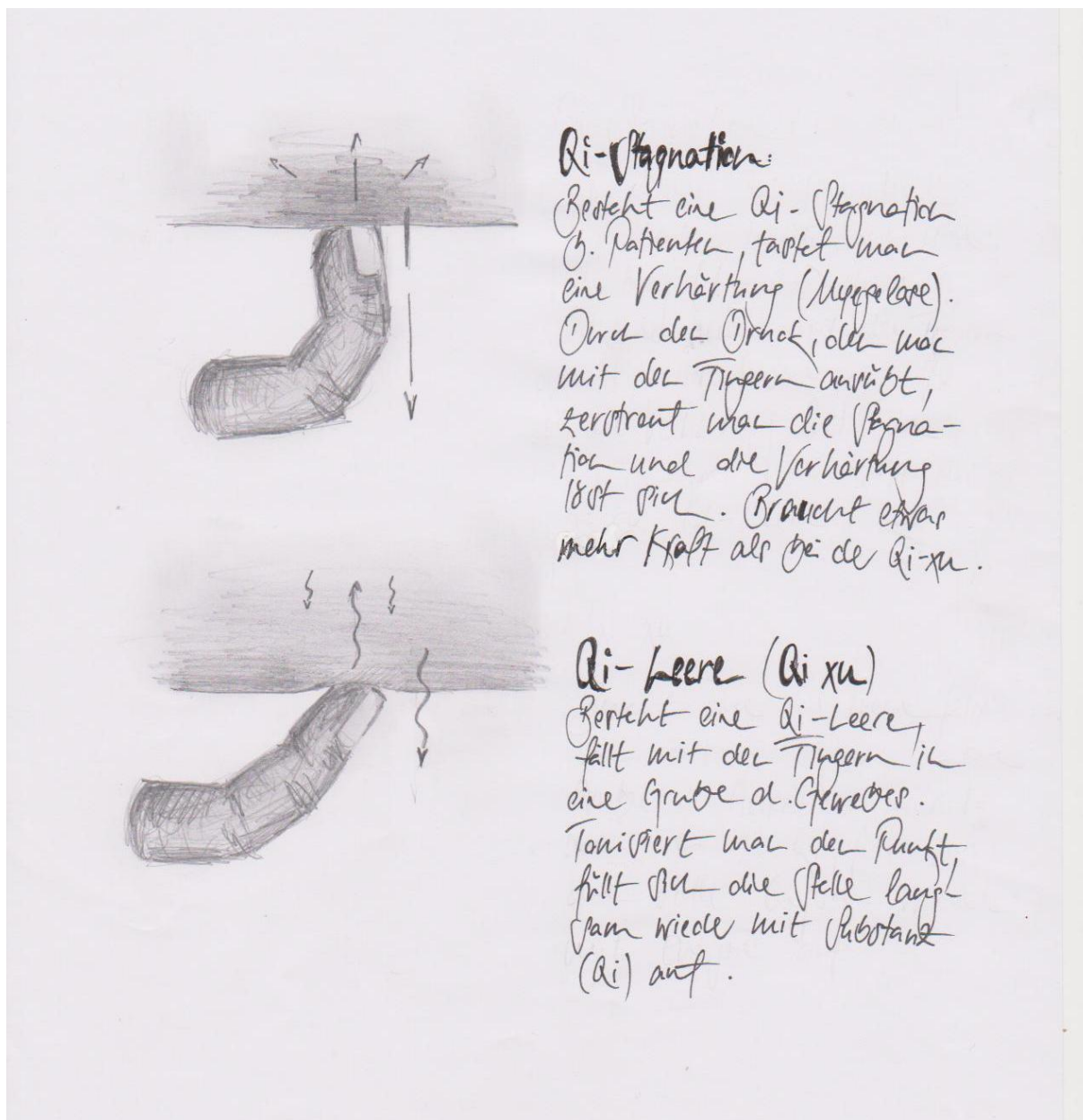
Belastbarkeit der Finger bei der Akupressur



Die Finger werden stark belastet, besonders bei schweren Patienten.

Mit etwas Übung gewöhnen sich die Finger daran und werden mit der Zeit belastungsfähiger. Trotzdem ist Vorsicht geboten.

**Was passiert bei einer Qi-Stagnation oder Qi-Leere**



Bei der **Qi-Stagnation** versucht der Behandelnde die Blockade durch Druck zu lösen indem er das Qi zum fließen bringt. (Heisse Finger sind ein Zeichen, dass Qi am fließen ist.)

Bei der **Qi-Leere** gibt der Behandelnde Qi ab und füllt die Leere des Patienten mit seinem Qi wieder auf. Es ist also ein Kreislauf von geben und nehmen.