

## LERNHILFE

### WICHTIGE AKUPUNKTURPUNKTE FÜR EINSTEIGER

Liebe TCVM Schüler,

Hier ist eine Liste von Akupunkturpunkten, die Einsteiger in dieses Fach vorrangig lernen sollten. Die Liste beruht auf meiner persönlichen Auswahl bzw. der Erfahrung die ich bei meiner Arbeit, vor allem aber im Zuge meiner Unterrichtstätigkeit gemacht habe. Natürlich gibt es viel mehr Punkte... und natürlich ist es nötig sich im Laufe der Zeit noch weitere Punkte anzueignen aber irgendwo muss man ja anfangen.

Diese Liste hier wurde von mir mit folgender Grundidee erstellt: Ein Einsteiger kommt zum Patienten, macht dort Anamnese und erstellt eine erste Diagnose – und dann.....=> dann sollt ihr in der Lage sein auch eine erste Akupunktur durchzuführen. Diagnoserstellung ist also Voraussetzung – wenn ihr diese Punkte gelernt habt (Lokalisation, Qualifikation und Einsatzbereich) und diagnostiziert habt, dann könnt ihr damit schon mal ganz gut arbeiten.

AKUPUNKTURPUNKTE „QUERBEET“ – NACH FUNKTIONSKREISEN	
FUNKTIONSKREIS/ AKUPUNKTUR-PUNKT	KURZKOMMENTAR ZUM PUNKT (Qualifikation, Indikation u. Details bitte den Büchern entnehmen)
Lunge 7 (Lie Que)	Luo Punkt der Lunge, Meisterpunkt für Probleme im Kopf/Genick
Lunge 9 (Tai Yuan)	Shu Bachpunkt (Erde), Chron. Khteni in Verbindung mit FK Lunge, Meisterpunkt der Blutgefäße
Dickdarm 4 (He Gu)	Genereller Schmerzpunkt (insbes. aber für obere/vordere Körperhälfte), Meisterpunkt für Kopf/Gesicht
Dickdarm 11 (Qu Chi)	Shu Bachpunkt (Erde), Winderkrankungen, Hitze ausleiten
Magen 25 (Tian Shu)	Einsetzbar bei einer Vielzahl von Beschwerden im Bereich Magen/Dickdarm (Übelkeit, Erbrechen, Schmerzen)
Magen 30 (Qi Chong)	Chong Mai kreuzt => Einfluss auf Blut, Hormone
Magen 36 (Zu San Li)	Kann sehr viel Qi bewegen und generieren (= Erde Punkt auf der Erdeleitbahn)
Magen 40 (Feng Long)	„Schleimbagger“, transformiert und bewegt Feuchtigkeit
Milz 6 (San Yin Yiao)	Yin Leitbahnen am Hinterbein kreuzen hier, Transformationsfunktion der Milz
Milz 10 (Xue Hai)	Nährt das Blut (Bluthitze => Hautprobleme u.a.)
Milz 21 (Da Bao)	Meisterpunkt der Luo Gefäße, Stagnation; Achtung: liegt am Rumpf nicht tief stechen, Anfänger: massieren, Laser
Herz 7 (Shen Men)	„Alle“ Probleme im FK Herz/Shen (ist Yuan Punkt)

Dünndarm 3 (Hou Xi)	Öffnet den Du Mai, Rückenschmerzen
Blase 20 (Pi Shu)	Shu Punkt Milz, Transformation, Qi Mangel
Blase 21 (Wei Shu)	Shu Punkt Magen, Themen in Wandlungsphase Erde, Qi Mangel
Blase 23 (Shen Shu)	Shu Punkt Niere, Essenzmangel, LWS Probleme
Blase 40 (Wei Zhong)	Meisterpunkt für Rücken (v.a. LWS/Sakrum), Hüfte
Blase 60 (Kun Lun)	Rückenschmerzen insbes. LWS/Knie
Niere 3 (Tai Xi)	Shu Bachpunkt (Erde) auf Nierenleitbahn, „universell“ für Themen im FK Niere
Pericard 6 (Nei Guan)	Luo Punkt Pericard, beruhigt das Shen, Psychosomatische Probleme
3 Erwärmer 5 (Wai Guan)	Leitet Hitze aus, regt den Stoffwechsel an (Oberer – Mittlerer – Unterer Erwärmer), Erkältungen
Gallenblase 20 ((Feng Chi)	Viele Yang Leitbahnen am Kopf kreuzen hier, Wind Pathologie, Genickschmerzen, Steifigkeit, Abzweigungen ins Gehirn => ZNS
Gallenblase 26 (Dai Mai)	Dai Mai kreuzt hier (ungleiche Energieverteilung vorne – hinten), Hüfte
Gallenblase 34 (Yang Ling Quan)	Meisterpunkt für Sehnen, Shu Bachpunkt (Erde)
Gallenblase 39 (Xuan Zhong)	Meisterpunkt für das Knochenmark (Nieren Essenz)
Leber 3 (Tai Chong)	Shu Bachpunkt (Erde) der Leber LB, Yuan Punkt => „universeller“ Punkt auf der Leberleitbahn, Leber Qi Stagnation
Du Mai 3 (Yao Bai Hui)	Nieren Essenz, Nieren Yang, Rücken und hintere Gliedmassen
Du Mai 4 (Ming Men)	Alles rund um den FK Niere, sehr starker Punkt
Du Mai 14 (Da Zhui)	Alle Yang Leitbahnen kreuzen hier, gibt sehr viel Yang Energie
Du Mai 20 (Bai Hui)	ZNS Themen, Wind, hebt das Qi an
Ren Mai 4 (Guan Yuan)	Chron. Schwäche, Milz, Leber und Niere kreuzen hier
Ren Mai 6 (Qui Hai)	Meer des Qi, bei grossen Schwächezuständen
Ren Mai 17 (Shan Zhong)	Meisterpunkt des Qi, starke Wirkung auf Probleme im Thoraxbereich

Sehr nützlich sind auch die sogenannten „Meisterpunkte“. Das sind besonders stark wirkende Akupunkturpunkte, die ein größeres „Thema“ abdecken bzw. Einfluss auf bestimmte Gewebearten haben. Z.B. Yin Mangel in mehreren Funktionskreisen, Sehnenprobleme etc.

<b>AKUPUNKTURPUNKTE - MEISTERPUNKTE</b>	
<b>AKUPUNKTUR-PUNKT</b>	<b>KURZKOMMENTAR ZUM PUNKT</b> (Qualifikation, Indikation u. Details bitte den Büchern entnehmen)
Leber 13 (Pi Mu, Zhag Men)	Alle Zang Organe (Yin Organe); Vorsicht, ist am Rumpf
Ren Mai 12 (Wei Mu, Zhong Wan)	Alle Fu Organe (Yang Organe)
Ren Mai 17 (Xin Bao Mu, Shan Zhong)	Meisterpunkt des Qi
Gallenblase 34 (Yang Ling Quan)	Meisterpunkt der Sehnen
Lunge 9 (Tai Yuan)	Meisterpunkt der Gefäße
Blase 11 (Da Zhu)	Meisterpunkt der Knochen
Gallenblase 39 (Xuan Zhong)	Meisterpunkt des Markes, Knochenmarkes, Gehirn....

<b>WAS DANN SONST NOCH (SPÄTER) AUF DIE TO DO LISTE KOMMEN SOLLTE</b>	
Shu Rückenpunkte	Weil ihr sie in der Diagnostik einsetzen könnt u. weil sie (v.a. am Pferd) für Anfänger leicht zu erreichen sind
Mo Alarmpunkte	Hilfestellung bei der Diagnostik
Yuan Punkte	Weil sie direkten Bezug zum UrsprungsQi haben u. daher sehr viel Kraft
Luo Punkte	Weil ihr damit Dysbalancen innerhalb einer Wandlungsphase ausgleichen könnt
Xi Punkte	Weil ihr sie bei akuten Schmerzproblematiken zur Schmerzlinderung einsetzen könnt

**Alles Gute und viel Erfolg beim Lernen!**