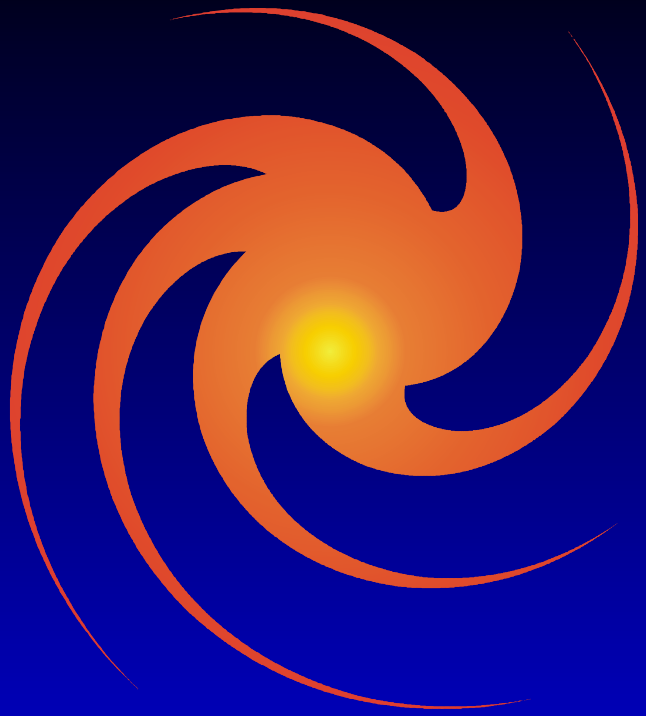


Auf der ganzen Welt
gibt es nichts Weicheres und
Schwächeres als das Wasser.
Und doch, in der Art, wie es
dem Harten zusetzt, kommt
nichts ihm gleich.
Es kann durch nichts
verändert werden.

Dr. med. et Dr. scient. med.
Jürg Eichhorn

CH-9100 Herisau
drje49@gmail.com
www.ever.ch

TCM
Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett

Yin und Yang

Yin	Yang
Kraft für Ruhe	Kraft für Aktivität
Kälte	Wärme
Kaltes, trübes Wetter	Sonnenlicht
Wolkenbedeckter Himmel	Helligkeit
Nacht	Tag
Die weibliche Erscheinung	Die männliche Erscheinung
Das Innere	Das Äussere
Kühle, dunkle Kammer	Die Dynamik
In sich Ruhendes	Der Tänzer
Frieden	Krieg

Der Energiebegriff: Qi und Xue

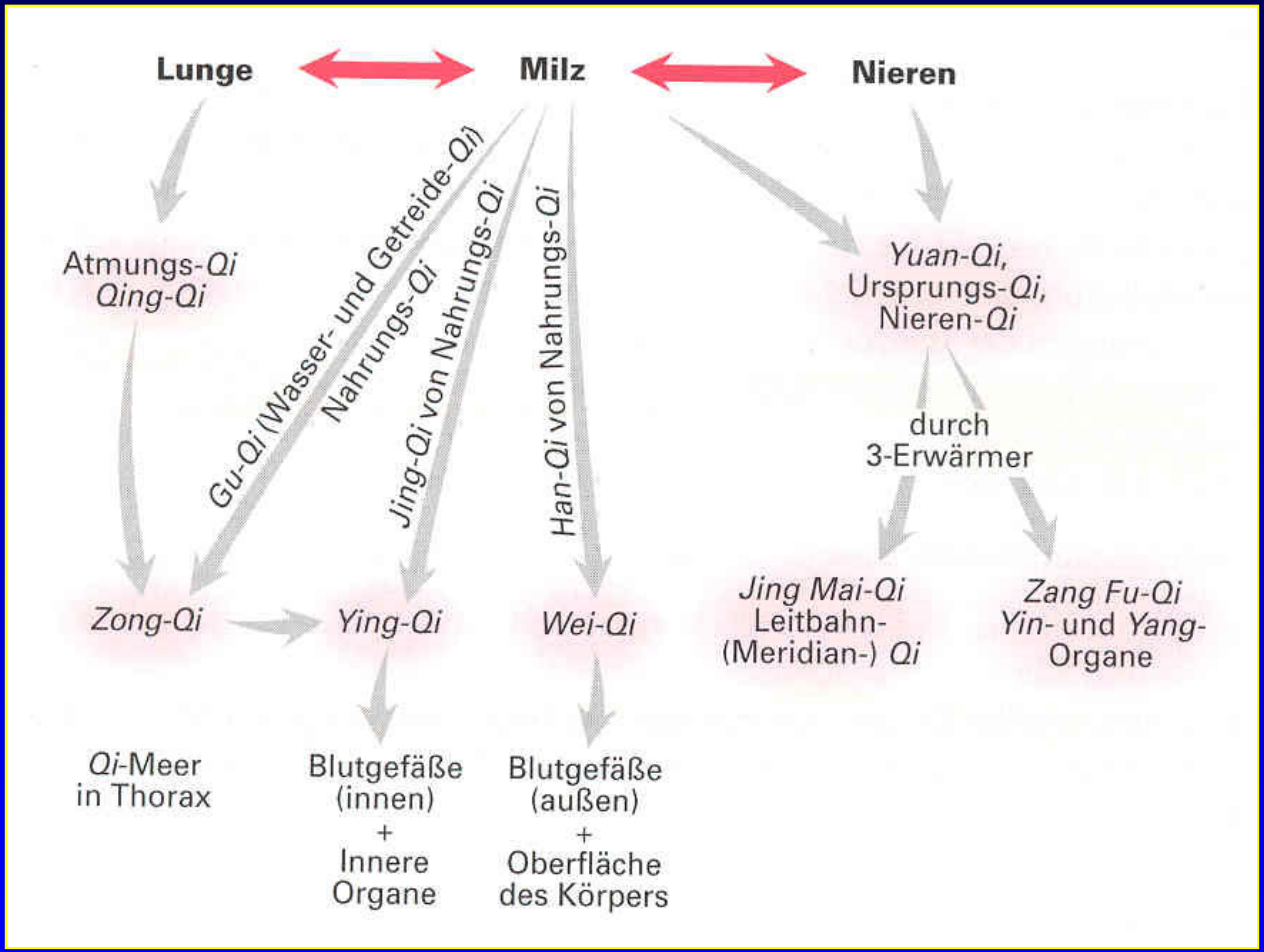
„Der Mensch lebt inmitten von Qi, und Qi erfüllt den Menschen.
Angefangen bei Himmel und Erde bis zu den 10`000 Wesen,
Alles bedarf des Qi, um zu leben.
Wer das Qi zu führen weiss, nährt im Inneren seinen Körper
und wehrt nach aussen hin schädigende Einflüsse ab“

Milz und Magen sind die Produktionsstätten von Qi und Xue

Qi = Aktive, energetische Prozesse = Yang

Xue = Stoffliche Energie = Yin = Blut

Die Entstehung von Qi



Lunge: Regiert Qi

Milz: Transportiert Qi

Leber: Speichert Qi

Die Funktionen von Qi

Qi wird häufig mit Funktion oder Energie übersetzt.
Qi ist in allem enthalten was lebt - es ist unmittelbar mit den Lebensprozessen und Zeichen der Lebensäusserung verbunden.
Qi bewegt Geist und Körper, erwärmt den Körper bis zur Normaltemperatur, hält die Organe an ihrem Platz (z. B. Gebärmutter, Blase), hält die normalen Organ- bzw. Körperfunktionen aufrecht, wehrt schädliche Faktoren ab und wandelt die durch die normalen Organfunktionen aufgenommene Nahrung und Luft in spezielle Qi-Formen und Blut-Xue um.

Qi bewegt
Qi wärmt
Qi erhält
Qi wehrt ab
Qi wandelt um

Xue = Blut = besondere Bedeutung bei der Frau

Herz:	Regiert das Blut
Leber:	Speichert das Blut
Milz:	Hält das Blut in den Gefässen
	Fühlt das „Blutmeer“ im „Chong Mai“
Lunge:	Herrscht über das Qi
Leber:	Gewährleistet den geschmeidigen Fluss von Qi
Qi:	Treibt den Blutfluss an

Blut (Xue) und Qi

Die wichtigste Substanz der Frau ist das Blut (Xue):

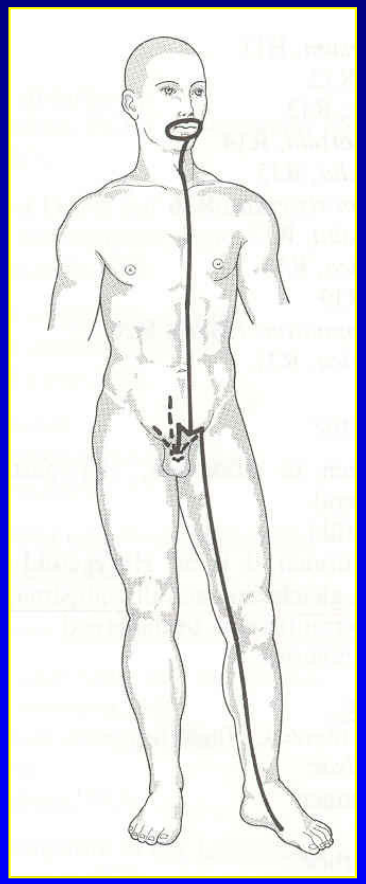
Es fliesst bei der Menstruation;
über das Blut (Xue) wird der Fetus in der Schwangerschaft ernährt;
es begleitet die Geburt und wandelt sich nach der Geburt in Milch um.
Aber zwischen Qi und Blut (Xue) besteht eine enge Beziehung.
Im Prinzip sind beide nicht voneinander zu trennen.
Blut (Xue) wird vom Qi erzeugt, getrieben und gehalten.
Nur wenn sich das Qi frei bewegt, kann auch das Blut (Xue)
frei zirkulieren und so seiner physiologischen Funktion gerecht werden.

Dagegen kommt es bei gestautem Qi zu einem Blut-Stau
mit entsprechend gestörter physiologischer Funktion.

Leber-Blut (Xue)-Stau

Allgemein	Ortsgebundene Schmerzen von stechend - bohrendem Charakter
Nase	Nasenbluten
Magen-Darm	Bluterbrechen
Frau	Menstruationsstörung, Zyklusunregelmässigkeiten, klumpiges Menstruationsblut - in der Regel mit Menstruationsschmerzen
Zunge	Purpurfarbe, insbesondere seitlich
Therapie	Leber Qi bewegen und verteilen, Blut (Xue) regulieren Akupunkturpunkte: H3, F34, Rs6, IC16, V17, V18, L10, S40
Ernährung	Nahrungsmittel die Qi und Xue bewegen: Essiggurke, in Essig eingelegtes Gemüse, Kohlrabi, Lauch, Zwiebel, Pflaume, Hirschfleisch, Essig, Knoblauch, Koriander, Pfeffer, allgemein Alkohol

Breite Trossstrasse: Chong Mai, ein sog. „Wundermeridian“



Ausgleichsreservoir des Blutes (Xue).
Kontrolliert das Blut (Xue).
Stärkt das Blut (Xue),
reguliert Gebärmutter und Menstruation.
Vermittelt Speicherung und Entleerung des Xue zwischen Leber und Gebärmutter.

Anknüpfung oben:	Alle Yang Hauptleitbahnen.
Anknüpfung unten:	Alle Yin Hauptleitbahnen.
Wirkbereich:	Brustraum, Herz, Bauch, Gebärmutter

Breite Trossstrasse: Chong Mai, sehr bedeutsam für die Frau

Der Chong-Mai gilt als Xue Hai (Blutmeer).
Im Brustbereich steht er in Verbindung mit dem Magen-Meridian, der Quelle der erworbenen Essenz, und im unteren Körperbereich mit dem Nieren-Meridian, der Quelle der angeborenen Essenz.

Die Grundlage der weiblichen Physiologie bildet das Blut, das sowohl von der erworbenen als auch von der angeborenen Essenz erzeugt wird. Ausgehend von diesen beiden Quellen sammelt es sich im Chong-Meridian und gewährleistet die physiologischen Vorgänge bei der Frau.

Wenn das Xue Hai (Blutmeer) voll ist, kann das Blut bei der Menstruation rechtzeitig fliessen.

Breite Trossstrasse: Chong Mai, Typische Krankheiten

Allgemein: Hitze im oberen Körperbereich, kalte untere Extremitäten. Schweregefühle. Schmerzen im Bereich Bauch und Nieren.

Im oberen Leitbahnverlauf:
Mundtrockenheit, Nasentrockenheit, Schmerzen im Herzbereich, Atemnot, Kehlkopfprobleme

Im unteren Leitbahnverlauf:
Schmerzen Innenseite Ober- Unterschenkel, Fuss Innenseite, Grosszehe

Frau: Genitalprobleme: Schmerzhafte Menstruation, Weissfluss, vaginaler Juckreiz, vaginale Schmerzen

Mann: Genitalprobleme: Entzündungen von Prostata, Harnröhre, Hoden, Nebenhoden. Gliedschmerzen. Impotenz.

Die 3 Essenzen

1. Die „Vorhimmels-Essenz“:

Diese sexuell stimulierende Essenz wird im Herzen produziert.
Im Inneren der Gebärmutter gibt es Leitbahnen (Bao Mai)
mit direkter Verbindung zum Herz. Über diese Leitbahnen wird
die „Vorhimmels-Essenz direkt in die Gebärmutter hinab geführt.

2. Die „Nachhimmels-Essenz“:

Das ist jene Essenz, die aus Nahrung und Getränken durch Magen
und Milz nach der Geburt extrahiert und verfeinert wird.
Nach der Geburt beginnt der Säugling zu essen und zu trinken.
Seine Lunge, sein Magen und seine Milz beginnen zu arbeiten,
um Qi aus Nahrung, Getränken und Luft herzustellen.

Die „Vorhimmels-Essenz“ entstammt den Eltern,
die „Nachhimmels-Essenz“ der Nahrung!

Die 3 Essenzen

3. Die „Nieren-Essenz“:

Die Nieren-Essenz ist eine spezifischere Art von Energie, die eine ausserordentlich wichtige Rolle in der menschlichen Physiologie spielt. Sie stammt sowohl aus der Vor- als auch aus der Nach-Himmels-Essenz. Wie die Vor-Himmels-Essenz ist sie auch eine Erbenergie, die die Konstitution eines Menschen festlegt.
Im Unterschied zur Vor-Himmels-Essenz interagiert die Nieren-Essenz jedoch mit der Nach-Himmels-Essenz und wird durch diese aufgefüllt. Die Nieren-Essenz nimmt somit sowohl an der Vor- als auch an der Nach-Himmels-Essenz teil.

Die Essenz wird in der Niere gespeichert, da sie aber von flüssiger Form ist, zirkuliert sie im ganzen Körper.

Die Nieren-Essenz bestimmt Wachstum, Fortpflanzung, Entwicklung, sexuelle Reifung, Empfängnis und Schwangerschaft.

Die „Vorhimmels-Essenz“ = grosse Bedeutung für die Frau

Bei der Empfängnis findet eine Mischung der sexuellen Energien von Mann und Frau statt, um das zu bilden, was die alten Chinesen als "Vor-Himmels-Essenz" des neu entstandenen menschlichen Wesens bezeichneten. Diese Essenz nährt Embryo und Fötus während der Schwangerschaft und hängt von der Nahrung ab, die aus der Niere der Mutter gewonnen wird.

Die Vor-Himmels-Essenz ist die einzige Art von Essenz, die im fötalen Organismus zu finden ist, da er ja noch keine unabhängige physiologische Aktivität aufweist.

Die Vor-Himmels-Essenz ist es, die den grundlegenden konstitutionellen Aufbau eines Menschen, seine Stärke und Vitalität bestimmt. Sie ist es, die jedes Individuum einzigartig macht.

Nachdem die Vor-Himmels-Essenz bei der Empfängnis von den Eltern geerbt wird, kann sie nur sehr schwierig im Laufe des Erwachsenenlebens beeinflusst werden.

Die „Vorhimmels-Essenz“ = grosse Bedeutung für die Frau

Manche sagen, die Essenz sei in Quantität und Qualität "fixiert". Immerhin kann sie aber positiv beeinflusst, wenn auch nicht quantitativ vermehrt werden.

Die beste Methode, die Vor-Himmels-Essenz positiv zu beeinflussen, ist das Streben nach Gleichgewicht in den Aktivitäten des Lebens: Gleichgewicht zwischen Arbeit und Ruhe, Mässigung der sexuellen Aktivität, ausgeglichene Ernährung.

Jede Unregelmässigkeit, jeder Exzess in diesen Bereichen vermindert die Vor-Himmels- Essenz.

Ein direkter Weg, die Essenz positiv zu beeinflussen, sind Atemübungen und Praktiken wie Tai Ji und Qi Gong.

Im Alter, wenn das Nieren-Qi schwach ist, verliert sie ihre Funktion. Ihre Hauptfunktion besteht darin, die Geschlechtsorgane zur Reife zu führen, Fruchtbarkeit auszubilden und für eine regelmässige Menstruation als Voraussetzung von Empfängnis und Schwangerschaft zu sorgen.

Güte in den Worten,
erzeugt Vertrauen.
Güte beim Denken
erzeugt Tiefe.
Güte beim
Verschenken erzeugt
Liebe. Laotse

TCM
Beschwerden
vor der Entbindung

Schwangerschaft

In der Schwangerschaft wird vorrangig der Chong-Meridian mit Blut gefüllt, um eine ausreichende und gleichmässige Ernährung des Fetus zu gewährleisten, auch die Regelblutung bleibt aus.

Da zum einen der Embryo zu Beginn der Schwangerschaft noch nicht besonders viel Blut vom Chong-Meridian verbraucht und sich zum anderen der Körper der Mutter noch nicht an das Ausbleiben der regelmässigen Blutentleerung gewöhnt hat, neigt das Qi im Chong-Meridian dazu, nach oben zu steigen, so dass man ein Völlegefühl in der Brust oder im Oberbauch spürt.

Wegen der engen Verbindung mit dem Magen kann es hierbei zu einer Stauung in diesem Funktionskreis kommen, was bei der Schwangeren Appetitlosigkeit, Übelkeit und Erbrechen hervorruft.

Schwangerschaft

Durch diese Verschiebung des Blutes zu Gunsten der Gebärmutter stellt sich in den übrigen Organen und Körperbereichen ein Yin-Mangel ein mit der Tendenz zu einem relativen Yang-Überschuss, was zu Hitzegefühl (oben heiss und unten kalt) und Verstopfung führen kann.

Im weiteren Verlauf der Schwangerschaft führt die Grössenzunahme des Fetus etwa ab dem 5.Monat zu einer Behinderung des Qi-Flusses im Unterbauch.

Das reine Qi kann dann nicht mehr ungehindert und ausreichend nach oben steigen, und die Schwangere verspürt Müdigkeit und ein vehementes Schlafbedürfnis.

Schwäche von Magen und Milz:

Hauptbeschwerden:	Erbrechen tritt häufig direkt nach dem Essen auf. Dabei wird oft dünne Flüssigkeit oder unverdaute Nahrung erbrochen.
Allgemeinsymptome:	Die Patientin leidet zudem unter Müdigkeit und benötigt viel Schlaf, evtl. vermehrte Speichelproduktion.
Zunge:	blasser Zungenkörper
Puls:	schwach, schlüpfrig
Therapieziel:	Milz- und Magen-Qi stärken

Schwäche von Magen und Milz:

Akupunktur:

HP KG 12	Hauptpunkt bei allen Magenproblemen, insbesondere bei Leere Zuständen. Qi Bewegung im mittleren Dreierwärmer
BM Magen 36	Kräftigung des ganzen Körpers, Milz Yang Qi emporhebende Wirkung
Milz 4	Starke Verbindung zu der Gebärmutter. Bewegt das Blut. Bewegt Qi in der „Breiten Trossstrasse“: Bedeutung besonders vor der Geburt.
UB Perikard 6	Wahlpunkt bei Erbrechen, Übelkeit, Schwangerschaftserbrechen,
Blase 20	Hauptpunkt bei chronischen Zuständen zur Stärkung von Magen und Milz

HP=Hauptbeschwerden BM=betroffener Meridian UB=Ursachenbehandlung EP=Erfahrungspunkt

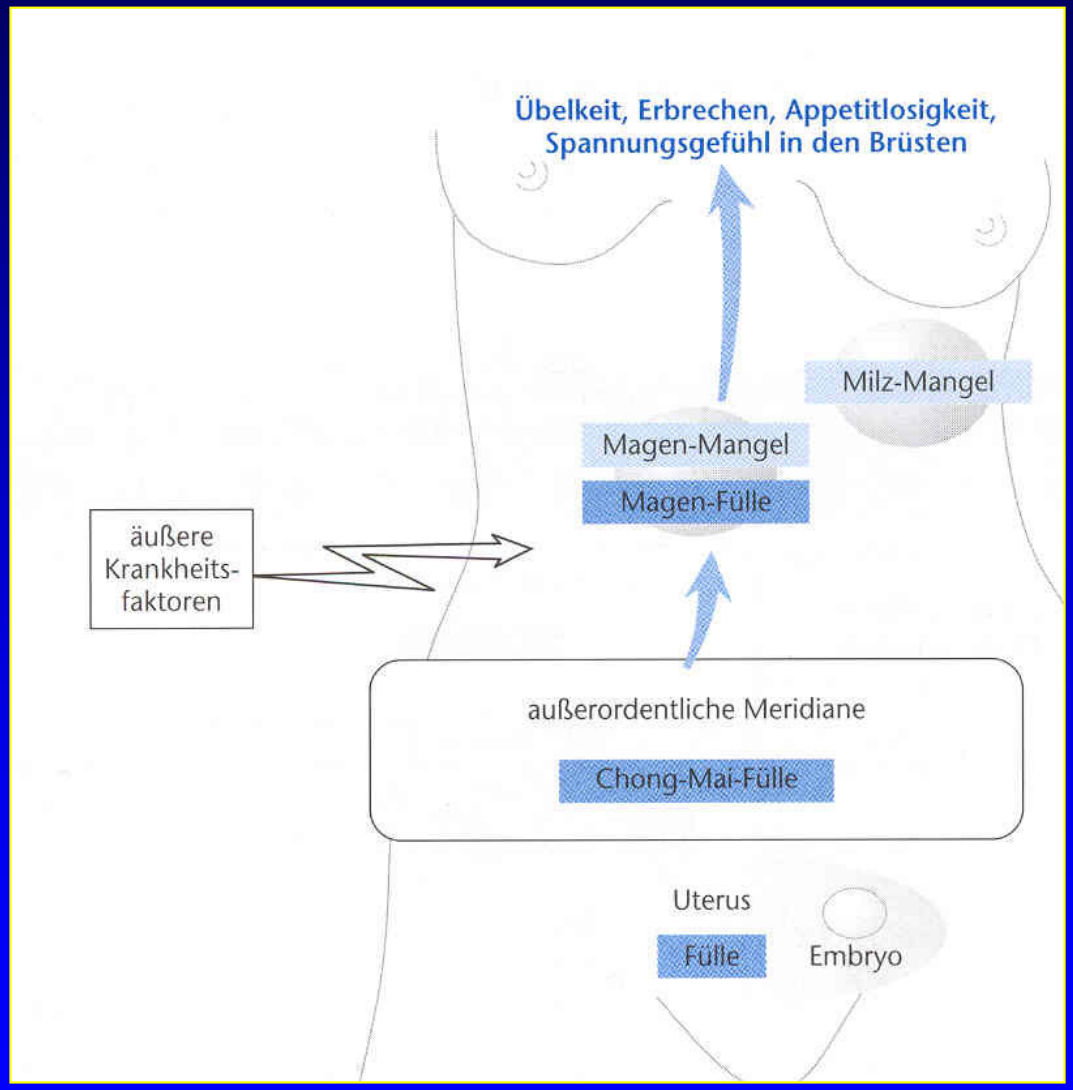
Schwäche von Magen und Milz:

Symptome in der Frühschwangerschaft:

Übelkeit und Erbrechen

Während einer Schwangerschaft hört das Blut auf zu fliessen. Es sammelt sich im Chong Mai und im Uterus, während in den übrigen Organen ein relativer Mangel herrscht. Die Schwangere fühlt sich deshalb müde. Dies begünstigt auch das Eindringen äusserer krankmachender Faktoren und somit eine Anfälligkeit für Erkrankungen in dieser Phase. Zu Beginn der Schwangerschaft ist der Fetus noch klein und verbraucht wenig Blut aus dem Blut-Meer Chong Mai. Das Qi hat deshalb im Chong Mai eine verstärkte aufsteigende Tendenz. Der Chong Mai hat mit dem Magen und dem Magen-Meridian eine enge Beziehung. Sein aufsteigendes Qi stört deshalb den physiologischen, abwärts gerichteten Qi-Fluss des Magens, was zu Appetitlosigkeit, Übelkeit und Erbrechen führt.

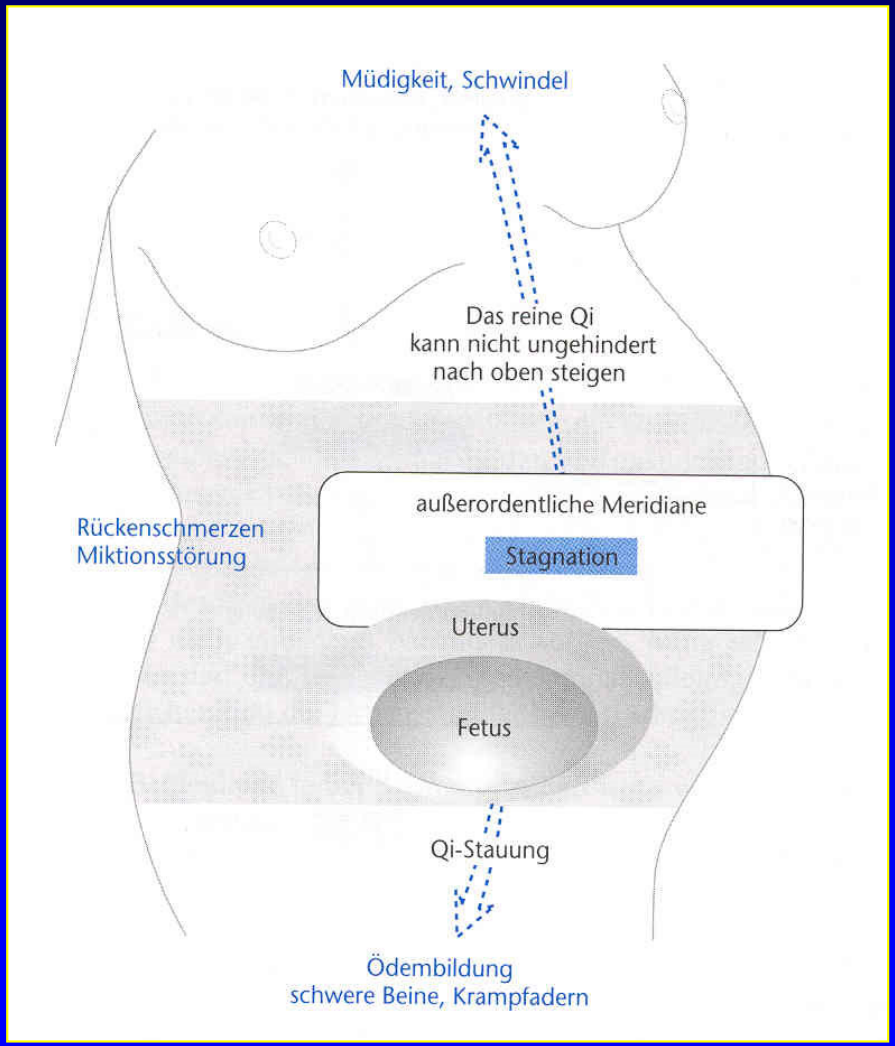
Schwäche von Magen und Milz:



Symptome in der Frühschwangerschaft:

Übelkeit und Erbrechen

Schwäche von Magen und Milz:



Symptome in der Spätschwangerschaft:

Ödembildung,
Rückenschmerzen
Miktionsstörungen

Die Stauung des Qi im Unterbauch kann auch andere Probleme wie Ödembildung, Rückenschmerzen und Miktionsstörungen zur Folge haben.

Schwäche von Magen und Milz:

Symptome in der Spätschwangerschaft:

Ödembildung, Rückenschmerzen Miktionsstörungen

Im Verlauf der Schwangerschaft wächst der Fetus immer mehr und behindert dadurch den Qi-Fluss im Unterbauch. Insbesondere nach dem 5. Monat, wenn das reine Qi nicht mehr in ausreichendem Mass nach oben steigen kann kommt es zu Kreislaufstörungen. Die Frau ist häufig müde, hat ein vermehrtes Schlafbedürfnis und leidet an Schwindel, Die Stauung des Qi im Unterbauch kann auch Blasenentleerungsstörungen, Blähungen und Rückenschmerzen zur Folge haben. Darüber hinaus ist die Qi- und Blut-Zirkulation in den Beinen gestört, was zu Schweregefühl in den Beinen, Ödemen und Varizen führen kann.

Schwäche von Magen und Milz:

Kälte und Schleim im Magen

Hauptbeschwerden:	Erbrechen, oft dickflüssig. Durch kalte Speisen verstärken sich die Symptome, bevorzugt warmes Essen.
Allgemeinsymptome:	Müdigkeit mit Kältescheu, Kältegefühl im Oberbauch. Die Gesichtsfarbe ist bläulich blass.
Zunge:	bläunlich weisser und schmieriger Belag
Puls:	tiefliegend, schlüpfrig und langsam.
Therapieziel:	Den Magen erwärmen und Schleim lösen.

Schwäche von Magen und Milz:

Kälte und Schleim im Magen

Akupunktur:

HP	KG 12	Hauptpunkt bei allen Magenproblemen, insbesondere bei Leere Zuständen. Qi Bewegung im mittleren Dreierwärmer
BM	Magen 36	Kräftigung des ganzen Körpers, Milz Yang Qi anhebend
	Magen 40	Der klassische „Schleimpunkt“
	Milz 9	Hauptpunkt für Kälte-Nässe
UB	Perikard 6	Wahlpunkt bei Erbrechen, Übelkeit, Schwangerschaftserbrechen
	Blase 17	Meisterpunkt für das Blut = "Herr des Blutes„

Moxaanwendung bei Ren 12, Mi 9 und Ma 36 ist in diesem Fall obligat. Jeder Punkt sollte mindestens 5 Minuten lang gemoxt werden.

Schwäche von Magen und Milz:

Leber-Hitze greift den Magen an

Hauptbeschwerden:	Erbrechen von Säure und bitterer Flüssigkeit, bitterer Mundgeschmack, übler Mundgeruch
Allgemeinsymptome:	Durst, Druck im Thorax und an den Rippenbögen, Unruhe; manchmal treten Schwindel und Sehstörungen auf
Zunge:	roter Zungenkörper mit gelblichem Belag
Puls:	gespannt, schlüpfrig und schnell
Therapieziel:	Die Leber-Hitze ausleiten, den Magen harmonisieren

Schwäche von Magen und Milz:

Leber-Hitze greift den Magen an

Akupunktur:

HP	KG 12	Hauptpunkt bei allen Magenproblemen, insbesondere bei Leere Zuständen. Qi Bewegung im mittleren Dreierwärmer
BM	Leber 5	Reguliert die Menstruation, nährt das Blut, lässt Ödeme abschwellen, Schmerzstillung. Ein recht spezifischer Urogenitalpunkt, da eine Verbindungsbahn der Leber zum Genitale zieht.
	Gallenblase 34	Meisterpunkt der Muskulatur. Einsatz bei Qi Stauungen im Hypochondrium
	Magen 44	Schmerzpunkt, Kältepunkt, Magenerkrankungen, Dysmenorrhoe
UB	Perikard 6	Wahlpunkt bei Erbrechen, Übelkeit, Schwangerschaftserbrechen
	Blase 18	Leberentstauung, regt Gallenfluss an. Allgemeine Beruhigung, Krampflösung.

Schwäche von Magen und Milz:

Hausrezepte

Bei Magen- und Milz-Schwäche:
1;2 Suppenhuhn, 5 g Ingwer und 10 g Chao Chen Pi (geröstet) (Pericarpium Citri Reticulatae Viride) zusammen als Brühe ca.3 Std.lang kochen, Fett entfernen und die Suppe in kleinen Portionen essen.

Bei Kälte und Schleim im Magen:
5 g Sha Ren (Fructus Amomi Villosi) und 3 g Ingwer (in Scheiben) mit 300 ml Wasser in eine grosse Schüssel geben, die Schüssel in einen mit wenig Wasser gefüllten Topf stellen, ca. 5 Min. kochen lassen. Dann die Flüssigkeit in zwei Portionen teilen und trinken.
Wenn Leber-Hitze den Magen angreift, ist frisch gepresster Wassermelonensaft geeignet.

Allgemeines Verhalten:
Positive Einstellung, die Emotionen beruhigen, nur kleine Portionen, aber mehrere Mahlzeiten essen, schweres und fettiges Essen vermeiden

Schwangerschafts-Ödeme

Bei Milz- und Nierenschwäche

Ursache:

Lunge, Milz und Nieren sind für den Wassertransport im Körper zuständig. Diese Funktionskreise befinden sich aber in der Schwangerschaft in einem relativen Mangelzustand. Ab dem 5. bis 6. Schwangerschaftsmonat kann der Fetus den Qi-Fluss !m Körper behindern, so dass die Flüssigkeiten nicht mehr ausreichend transformiert und weitergeleitet werden. Dies führt zu Ödemen und/oder Kreislaufstörungen, ein Zustand, der auch als leichte Gestose bezeichnet wird. Bevorzugt betroffen sind Frauen mit konstitutioneller Schwäche der genannten Funktionskreise.
Deutliche Ödeme im Bereich der Fussgelenke, die bis zu den Unterschenkeln reichen und sich auch nach ausreichender Ruhe (7-8 Std.) nicht gebessert haben, sollten behandelt werden.

Schwangerschafts-Ödeme

Bei Milz- und Nierenschwäche

Hauptbeschwerden:	Ödeme im Gesicht und an den Extremitäten.
Allgemeinsymptome:	Blasse Haut, Kraftlosigkeit, Kältegefühl, Schwäche und Schmerzen im Rücken, weicher oder wässriger Stuhl.
Zunge:	Blass und leicht geschwollen, dünner Belag.
Puls:	Schwach und tief.
Therapieziel:	Milz- und Nieren-Qi ergänzen, Wasser ausleiten.

Schwangerschafts-Ödeme

Bei Milz- und Nierenschwäche

Akupunktur:

HP Magen 3	Bei Gesichtsschwellung
LG 26	Bei Gesichtsschwellung
BM Niere 7	Ödeme, mangelnde oder übermässige Schweisssekretion , Nachtschweiss. Trockenheitspunkt,
Milz 9	Hauptpunkt für Kälte-Nässe
UB Magen 36	Kräftigung des ganzen Körpers, Milz Yang Qi anheben
Blase 20	Chronische Nässe. Hauptpunkt bei chronischen Zuständen zur Stärkung
KG 9	Sehr wichtiger Punkt bei Ödemen. Fördert die Umwandlung und den Transport der Flüssigkeiten, besonders im mittleren Wärmebereich.

Wichtige Ödemkombination:

LG 26	Einfluss im oberen Wärmebereich
KS 9	Einfluss im mittleren Wärmebereich
Magen 28	Einfluss im unteren Wärmebereich

Schwangerschafts-Ödeme

Bei Qi-Blockade

Hauptbeschwerden:	Die "Ödeme" beginnen im Fussbereich und steigen von dort nach oben. Die Patientin klagt über ein starkes Spannungsgefühl in der Haut. Drückt man auf die genannten Stellen, bleibt keine Delle bestehen.
Allgemeinsymptome:	Schwindel, Spannungsgefühl in der Brust oder an den Rippenbögen.
Zunge:	normaler bis bläulicher Zungenkörper mit dünnem Belag.
Puls:	Saitenförmig.
Therapieziel:	Qi-Fluss fördern, Stagnation lösen. .

Schwangerschafts-Ödeme

Bei Qi-Blockade

Akupunktur:

HP	Niere 7	Innenseite. Ödeme, mangelnde oder übermässige Schweisssekretion , Nachtschweiss. Trockenheitspunkt,
	Niere 6	Innenseite. Wichtiger Punkt zur Anreicherung des Nieren Yin. Yin wird nach oben transportiert - Befeuchtung der Rachenschleimhäute. Beruhigung des Geistes-Shen.
	Gallenblase 41	Beeinflusst die Brüste und die Urogenitalregion. Hitze-Nässe in der Urogenitalregion. Leber-Kopfschmerzen.
BM	Gallenblase 41	s.o.
	Gallenblase 34	Qi Stauungen im Hypochondrium. Breite Wirkung auf den Bewegungsapparat. Die Leber entstauend, fördert Gallenfluss. Stillt Schmerzen. Bei Stauung im Epigastrium Kombination mit KG12, im Bauchraum mit KG 6.
	3E 5	Yang Vereinigungspunkt. Kann alle sechs pathogenen Faktoren austreiben. Macht die Leitbahnen frei, so Blockaden lösend.
UB	Milz 9	Hauptpunkt für Nässe.
	Blase 13	Einflusspunkt der Lunge. Einsatz bei Stress, bei Erschöpfungszuständen

Schwangerschafts-Ödeme

Karpaltunnelsyndrom:

Die Ödeme können bei manchen Patientinnen Schmerzen und ein Taubheitsgefühl in den Händen hervorrufen. Dies wird in der Schulmedizin gelegentlich als "Karpaltunnelsyndrom" diagnostiziert. Während die Schulmedizin seiner Behandlung nahezu hilflos gegenüber steht, bessern sich die Beschwerden mit Akupunktur oft in kurzer Zeit. Neben der oben angegebenen klinischen Behandlung der Ödeme können als Punkte im Bereich der Hauptbeschwerden noch 3E 5, Pe 6 oder Pe 7 gewählt werden.

Hausrezept:

Karpfensuppe: 500 g Karpfenfilet, 10 g Pu Ling Pi (Poria), 3 g Ingwer und 5 g Lauch zusammen mit 1 l Wasser zuerst aufkochen und dann 40 Min. lang köcheln lassen; zum Schluss mit ein wenig Pfeffer und Salz würzen und essen.

Abwehrschwäche/Erkältungen

Da Blut und Qi während der Schwangerschaft zusätzlich den Fetus ernähren müssen, wird manchmal nicht in ausreichendem Masse Abwehr-Qi (Wei Qi) produziert, so dass äussere Krankheitsfaktoren leichter eindringen können. Dies ist besonders dann der Fall, wenn die Schwangere eine schwache Konstitution hat. Solche Patientinnen leiden deshalb häufig oder sogar ständig an Erkältungskrankheiten.

Dieser Problematik kann man in zwei Schritten begegnen:

Vorbeugung Prinzip

Das Abwehr- Wei-Qi stärken

Abwehrschwäche/Erkältungen

Vorbeugung: Das Abwehr-Wei-Qi stärken

Moxibustion
LG 12, LG 14, Blase 12, Magen 36; jeden Punkt ca. 3 Min. moxen, 1-2 x in der Woche, 5 Wochen lang (nicht bei Frauen mit deutlichen Hitzeerscheinungen wie starker Durst, rote Zunge mit gelbem Belag und schnellem Puls).

Pflaumenblütenhämmerchen
Nacken- und Schulterbereich des Blasenmeridians, Bereich von Dickdarm 11, Lunge 5 und LG 14; mittlere Stimulation (bis leichte Hautrötung auftritt). 1-2 x in der Woche, 5 Wochen lang.

Es empfiehlt sich, beide Methoden kombiniert oder abwechselnd anzuwenden.

Abwehrschwäche/Erkältungen

Vorbeugung: Das Abwehr-Wei-Qi stärken

Hausrezept

Hühnersuppe mit Dang Gui (Radix Angelicae Sinensis) und Dang Sheng (Radix Codonopsitis):500 g Huhn, 10 g Dang Gui (RadixAngelicae Sinensis), 15 g Dang Sheng (Radix Codonopsitis). Zuerst das Huhn mit ca. 21 Wasser 2 Stunden lang kochen, dann die schon eingeweichten Kräuter dazugeben, weitere 30 Min. kochen, würzen, das Fleisch und die Suppe in kleinen Portionen essen.

Wichtig:

Während einer Erkältung ist Hühnersuppe verboten, da Hühnersuppe die Hautporen schliesst, so dass die krankmachenden Funktionen nicht schnell ausgetrieben werden können, sondern länger im Körper bleiben.

Abwehrschwäche/Erkältungen

Therapie

Akupunktur:

HP Dickdarm 20	Verstopfte Nase, Geruchverlust
Blase 12	Indiziert in erster Linie im Anfangsstadium von Erkältungen. Durch die Öffnung der Oberfläche werden die Erkältungssymptome beseitigt (Sedation). Schröpfung verteilt Abwehr - Qi über den Körper. Regelmässige Moxa beugt Erkältungskrankheiten vor.
Gallenblase 20	Alle Arten von Kopfschmerzen, HWS - Syndrom, Augenstörungen. Hauptpunkt bei allen durch Wind und Zugluft entstandenen Beschwerden.
LG 14	Erschöpfung, Immunschwäche, Atemwegserkrankungen, hohes Fieber, Grippe. Wichtiger Immunpunkt.
Wind-Kälte:	Schnupfen mit Kältescheu, leichtes Fieber, Schmerzen in den Gliedmassen, Husten, kein Durst; dünner weisslicher Zungenbelag; oberflächlicher und langsamer Puls): zusätzlich Lunge 7; Blase 12 auch moxen.
Wind-Hitze:	Schnupfen mit Fieber, rote Augen, Durst; rote Zunge mit gelblichem Belag; oberflächlicher und schneller Puls: zusätzlich Dickdarm 11(-)

Schwindel:

Schwindel kommt häufig in der Spätphase der Schwangerschaft vor.

Er wird entweder durch eine Schleimblockade in der Mitte verursacht, so dass das reine Yang nicht mehr ausreichend nach oben steigen kann, um das Gehirn zu versorgen, oder aber durch mangelndes Yin und ein relatives Überwiegen des nach oben steigenden Leber-Yang.

In der Klinik ist oft ein erhöhter Blutdruck und/oder Eiweiss im Urin zu sehen, also Symptome, die sich dem Syndrom einer leichten Gestose in der Schulmedizin zuordnen lassen (auch Ödeme gehören dazu)

Schwindel:

Akupunktur

Allgemeine Kombination: LG 20 (Grundstimulation), KG 15+, KG 6+

KG 6: Punkt der Lebensenergie. Anregung der Energie. Bringt Bewegung ins Qi, senkt Yang ab. Festigt die Essenz. Nützlich auch bei Hypotonie.

KG15: Quellpunkt aller Yin Organe. Sehr wichtiger Beruhigungspunkt bei ausgeprägter Angst oder Unruhe.

LG 20: Bei Schwindel Sedation. Geist klärend, Sinne öffnend. An diesem Punkt treffen alle Yang Leitbahnen aufeinander. Yang Transport zum Kopf. Deswegen Einsatz bei Depression und geistiger Erschöpfung.

Ohr: Atlas 23, Okziput 62 homolateral, Nullpunkt 1,
Gonadotropin 63 - Auge 2, ACTH 64 - Auge 1 kontralateral.

Schwindel:

Feuchtigkeit und Schleim (Mitte)

Hauptbeschwerden:	Schwindel, Schweregefühl im Kopf und in den Extremitäten.
Allgemeinsymptome:	In der Brust Druck- und Völlegefühl, vermehrter Speichel, Übelkeit und Erbrechen, Appetitlosigkeit, Ödeme.
Zunge:	Blass oder normal, weisser und schmieriger Belag, Zahneindrücke.
Puls:	Schlüpfrig, tief
Therapieziel:	Feuchtigkeit und Schleim ausleiten, Milz stärken.

Schwindel:

Feuchtigkeit und Schleim (Mitte)

Akupunktur

LG 20(+):	Beseitigt Obstruktionen in den Yang Leitbahnen, stärkt das Gehirn, klärt den Geist.
Magen 36(+):	He - Meer Punkt, löst Schleim und stärkt den mittleren 3E.
Magen 40(n):	Verbindungspunkt zur Milz. Reguliert und tonisiert das Qi im mittleren 3E. Sendet Klares aufwärts und Trübes abwärts.
KG 9(-):	Verbindungspunkt zur Milz. Wenn Sedation: Hitze Ausleitung, Wasser Ausleitung, Schleim Reduktion. Über diesen Punkt kann mit einer sedierenden Methode sehr gut auf Schwindel eingewirkt werden.

Schwindel:

Leere – Leber - Hitze

Hauptbeschwerden:	Schwindel, evtl. Kopfschmerz, verschwommenes Sehen.
Allgemeinsymptome:	Wangenröte, unruhiger Schlaf mit vielen Träumen, Palpitationen (Herzklopfen).
Zunge:	Trocken und rot, kein oder nur wenig Belag.
Puls:	Fadenförmig und schnell.
Therapieziel:	Yin ergänzen und Yang besänftigen.

Schwindel:

Leere – Leber - Hitze

Akupunktur

Milz 6(+): Ein sehr wichtiger Punkt mit einem enorm breiten Wirkungsspektrum, vor allem im Bereich Yin Stützung.
Fördert freien Fluss von Qi und Blut (Xue).

Leber 2(-): Bei Fülle in der Leber: Migräne und Kopfschmerzen bei hochschlagendem Leber Yang, rote Augen, Husten mit Schmerz am Rippenbogen. Hauptwirkung: Kopf. Lenkt Blutfluss abwärts.

Extrapunkt: Ex06 - Ex KH01, Si Shen Cong / Quartett zur Schärfung der Geisteskraft. Beruhigt Leber Wind, klärt den Geist und stärkt die Augen.

Abortneigung – drohender Abort:

Bei manchen Frauen besteht während der Schwangerschaft die Gefahr einer Fehlgeburt (Abort).
Wenn eine Schwangere immer wieder leichte vaginale Blutungen, aber keine anderen Beschwerden hat, wird dies in der TCM Tai Lou - "undichte Leibesfrucht" - genannt.

Wenn sie hauptsächlich leichte Schmerzen im Unterbauch und im Rücken hat oder das Gefühl, dass sich etwas im Unterleib schwer nach unten absenkt, spricht man von Tai Dong Bu An - "unruhige Bewegung der Leibesfrucht„.

Tai Lou und Tai Dong Bu An sind Vorzeichen eines Aborts. Hat eine Frau schon mehrere (d. h. mehr als drei) Aborte gehabt, wird dies als Hua Tai - "rutschige Leibesfrucht" - bezeichnet.

Abortneigung – drohender Abort:

Bei Abortneigung aufgrund äusserer Verletzungen sollte der gestörte Fluss von Qi und Blut (Xue) harmonisiert und unterstützt werden, das beruhigt auch den Embryo.

Hausrezept bei Nieren-, Qi- und Blut-Schwäche:

Jing-Mi-Brei: 10 g Dang Shen (Radix Codonopsitis) und 10 g Du Zhong (Cortex Eucommiae (Ulmoidis) werden eingeweicht und mit einem dünnen sauberen Stoff umhüllt, dann zusammen mit 100g Jing Mi (Semen Oryzae) und 10 g Datteln so lange in Wasser gekocht, bis ein Brei entsteht.
Dieser Brei sollte bei Nieren-, Qi- und Blut-Schwäche gegessen werden: stärkende Wirkung auf Milz und Nieren.

Abortneigung – drohender Abort:

Die Abortneigung oder der Abort selbst kann sowohl durch Faktoren seitens des Embryos als auch seitens der Mutter ausgelöst werden.

Von embryonaler Seite induziert:

wenn das von den Eltern übertragene Jing Qi zu schwach ist (z. B. bei Schwangerschaft im späteren Lebensalter, schwerer oder chronischer Krankheit eines Elternteils oder nach Alkoholmissbrauch) oder der Embryo eine Fehlbildung ist, so dass diese Leibesfrucht sich nicht stabil in der Gebärmutter einnistet.

Abortneigung – drohender Abort:

Von mütterlicher Seite induziert:

wenn bei der Mutter eine schwache Konstitution, vor allem eine Nieren-Schwäche vorliegt;

wenn sie sexuell unvorsichtig und übermässig aktiv ist und dadurch die Nieren noch weiter schwächt; oder

wenn sie eine allgemeine Qi- und Blut (Xue)-Schwäche hat.

Der Embryo kann durch Hitze gestört, aber auch durch Medikamente, Operationen oder Trauma verletzt werden.

Abortneigung – drohender Abort:

Wichtigstes Therapieprinzip

ist die Beruhigung des Embryo, um danach individuell die Nieren zu stärken, Qi und Blut zu ergänzen oder Hitze zu klären.
Hierbei wird nur die Phytotherapie und ganz selten Akupunktur angewandt.

Bei Patientinnen mit mehreren Aborten in der Anamnese sollte die Behandlung schon einige Monate vor einer geplanten Schwangerschaft durchgeführt werden.

Eine zusätzliche Akupunkturbehandlung kann helfen, allgemeine Beschwerden wie z. B. Angstzustände, Nervosität zu bessern. Als Erfahrungspunkte bewährt haben sich LG 20 und Pe 6.

Abortneigung – drohender Abort:

Nierenschwäche

Hauptbeschwerden:	Wässrige, dunkle vaginale Blutung nach Feststellung einer Schwangerschaft, Schmerzen im Unterbauch und im Rücken; Aborte in der Anamnese.
Allgemeinsymptome:	Schwindel, Tinnitus, Nykturie.
Zunge:	Blass mit weissem Belag.
Puls:	Tief und schwach, besonders an der Chi-Position
Therapieziel:	Den Embryo beruhigen, die Nieren stärken und das Qi unterstützen

Abortneigung – drohender Abort:

Qi- und Blut (Xue) Schwäche

Hauptbeschwerden:	Hellrote, wässrige vaginale Blutung nach Feststellung einer Schwangerschaft, Schmerzen im Unterbauch und im Rücken; Aborte in der Anamnese.
Allgemeinsymptome:	Blasses Gesicht, Erschöpfung.
Zunge:	Blass mit Zahneindrücken und weissem Belag.
Puls:	Dünn und schlüpfrig.
Therapieziel:	Den Embryo beruhigen, das Qi und Blut (Xue) ergänzen und zusätzlich die Nieren unterstützen.

Abortneigung – drohender Abort:

Hitze im Blut (Xue)

Hauptbeschwerden:	Rote vaginale Blutung nach Feststellung einer Schwangerschaft, Schmerzen im Unterbauch und im Rücken.
Allgemeinsymptome:	Unruhe, Hitzegefühl, trockener Mund mit Durst, dunkler Urin, Verstopfung.
Zunge:	Rot mit gelblichem, trockenem Belag.
Puls:	Schlüpfrig und beschleunigt.
Therapieziel:	Embrvo beruhigen, Yin und Blut (Xue) ergänzen, Hitze klären. .

Unterentwicklung des Fetus:

Wenn die Gebärmutter in der mittleren oder späteren Schwangerschaft deutlich langsamer zunimmt als es der Norm entspricht, wird dies in der TCM als Tai Wie - "verwelkende Leibesfrucht" - bezeichnet.

Eine Unterentwicklung des Fetus beruht entweder auf einem

Qi- und Blut (Xue)-Mangel, der zu einer Unterversorgung des Fetus führt, oder

ist durch Hitze im Blut (Xue), die eine Störung und Schädigung des fetalen Yin bewirkt, hervorgerufen.

Unterentwicklung des Fetus:

Qi- und Blut (Xue) Mangel

Hauptbeschwerden:	Unterentwicklung des Fetus.
Allgemeinsymptome:	Die Schwangere hat ein blasses Gesicht, leidet an Erschöpfung. Schwindel, kaltem Bauch und Rücken.
Zunge:	Blass mit wenig Belag.
Puls:	Dünn und schwach
Therapieziel:	Qi und Blut stärken, die Nieren unterstützen, den Embryo nähren.

Unterentwicklung des Fetus:

Hitze im Blut (Xue)

Hauptbeschwerden:	Unterentwicklung des Fetus, er ist oft unruhig; Unruhe auch bei der Mutter.
Allgemeinsymptome:	Hitzegefühl, unruhiger Schlaf mit vielen Träumen, Nachtschweiss, Verstopfung.
Zunge:	Rot mit gelblichem, aber nur geringem Belag
Puls:	fadenförmig und schnell
Therapieziel:	Yin stärken, Hitze klären, Fetus beruhigen. Beim Klären von Hitze in der Schwangerschaft ist immer an einen relativen Yin-Mangel der Patientin zu denken.

Unterentwicklung des Fetus:

Hausrezept:

Rindfleischbrühe mit *Gou Qi Zi:*

500 g Rindfleisch zusammen mit 15 g *Gou Qi Zi* (Fructus Lycii) ca. 2 Std. lang in Wasser kochen.

Die Suppe mit ein wenig Pfeffer und Salz gewürzt essen. Geeignet bei Nieren-Schwäche.

6 Punkte zur Geburtserleichterung

Gallenblase 21	Entzündung Brustdrüse - Mastitis, Schwangerschaftsstörungen, Blutungen Gebärmutter, Eklampsie, verzögerter Verlauf der Geburt, Abort mit starkem Blutverlust
Blase 60	Menstruationsstörung - Dysmenorrhoe mit dunklen Blutklumpen: Blut (Xue) Stau. Erschwerte Geburt, haftende Plazenta
Blase 67	Schwangerschaftsstörungen, vorzeitige Wehen, Malposition des Fötus, Steisslage, Geburt erschwert
Milz 6	Menstruationsstörung, Menorrhagie, Dysmenorrhoe, Unfruchtbarkeit, Schmerzen, Ausfluss, Abort oder Abortneigung, schwere oder erschwerte Geburt, Erleichterung der Geburt, haftende Plazenta, Libidoverlust, Adnexitis
Extrapunkt - Ex BF11 Du Yin / Einsames Yin	Menstruationsstörung, Dysmenorrhoe - Amenorrhoe, verzögerter Geburtsverlauf, erschwerte oder verzögerte Geburt, Ausfluss
Leber 11	Fördert die Fruchtbarkeit und erleichtert die Geburt

Dass Schwaches das
Starke besiegt und Weiches
das Harte besiegt,
weiss jedermann auf Erden,
aber niemand vermag
danach zu handeln (Laotse)

TCM
Beschwerden
nach der Entbindung

Nach der Entbindung

Die physiologische Besonderheit im Wochenbett besteht in einem relativen Mangel-Zustand, der durch den plötzlichen Verlust von Qi und Blut (Xue) während der Geburt entstanden ist. Die Fülle der Gebärmutter geht bei der Geburt fast schlagartig in einen absoluten Leere-Zustand über. Danach kontrahiert sich der Uterus, es kommt zu Nachwehen und der Wochenfluss (Lochien) setzt ein.

Die Lochien sollten zunächst rot sein, dann allmählich heller werden, bis sie zum Schluss nur noch grauweiss sind. Obwohl in der westlichen Fachliteratur 30 Tage und mehr angegeben werden, sollte die Dauer des Wochenflusses nach Auffassung der TCM 21 Tage nicht überschreiten, da sich die Lochien aus Blut (Xue) bilden und dem Blut (Xue) hier eine fundamentale Bedeutung zukommt. In der Klinik sieht man nicht selten, dass der Hämoglobin Wert der Frau noch einige Tage nach der Geburt weiter absinkt.

Auch die Muttermilch wird durch Transformation von Blut (Xue) produziert. Das Blut (Xue) selbst entspringt dem erworbenen Qi von Magen und Milz. Zuständig für das freie Fliessen des Qi im Körper ist die Leber. Der Milchfluss wird vom Qi angetrieben. Deshalb kann bei Qi- und Blut (Xue)-Mangel nicht genügend Milch produziert werden. Bei einem Leber-Qi-Stau hingegen wird der Milchfluss behindert.

Nach der Entbindung

Da das Qi in der ersten Zeit nach der Geburt oft noch zu schwach ist, um das Blut (Xue) in den Gefässen im Fluss zu halten, kann es leicht zu einem Blut Stau kommen, die dann auch einen stockenden und verlängerten Wochenfluss nach sich zieht.

Durch den Blutverlust während und nach der Geburt wird das Gleichgewicht von Yin und Yang zu Gunsten des Yang verschoben. Wegen des relativen Überwiegens des Yang kommt es dann häufig zu leichtem Fieber und Schwitzen. Die Frauen reagieren empfindlich auf äussere Krankheitsfaktoren wie Wind und Kälte und können sich so leicht erkälten.

Der Verlust von Jing Ye (Körpersäften wie z. B. Schweiss und Lochien) kann auch eine Trockenheit im Magen und im Darm hervorrufen, was zu der im Wochenbett häufig zu beobachtenden Verstopfung führt.

Kurz zusammengefasst sind die physiologischen Besonderheiten im Wochenbett ein relativer Mangel-Zustand und die Tendenz zu einem Blut-Stau.

Starke Nachwehen

Bei der Frau im Wochenbett kommt es leicht zu einem Mangel-Zustand und einem Blut-Stau. Bei Blut- und Qi-Mangel wird die Gebärmutter nicht ausreichend ernährt; das führt zur Gebärmutterschlaffheit.
Der Blut-Stau hingegen behindert den Blut- und Qi-Fluss, dadurch wird die Kontraktion der Gebärmutter gestört; die Folge können starke oder lange dauernde Nachwehen sein. Vor allem Frauen, die schon mehrere Geburten hatten, leiden unter solchen Nachwehen, weil bei ihnen das Qi und das Blut (Xue) noch mehr geschwächt sind.

2 klinische Typen lassen sich dabei unterscheiden:

Blut (Xue)-Mangel
Blut (Xue)-Stau

Starke Nachwehen

Blut (Xue)-Mangel

Hauptbeschwerden:	Leichte und dumpfe Dauerschmerzen in Unterbauch, die sich durch Drücken oder Massieren bessern; die Bauchdecke ist weich, die Lochien sind blass rötlich
Allgemeinsymptome:	Schwindel, Erschöpfung, Verstopfung
Zunge:	Blasser Zungenkörper mit dünnem Belag
Puls:	Fadenförmig und schwach
Therapieziel:	Blut (Xue) ergänzen.

Akupunktur ist erste Wahl. Die Schmerzen lassen sich oft schon mit 1-2 Behandlungen beseitigen. Da Akupunktur daneben auch eine beruhigende und den Appetit fördernde Wirkung hat, ist sie hier sehr zu empfehlen. Die Phytotherapie findet eher Anwendung zur Stärkung der Konstitution und den Wiederaufbau von Qi und Blut (Xue).

Starke Nachwehen

Blut (Xue)-Mangel

Akupunktur:

HP Kg 4 (+)	Menstruationsstörungen, urogenitale Erkrankungen, Erkrankungen des Dünndarms. Allgemeine Schwächezustände. Wichtiger Punkt bei Leere, vor allem Nieren Yang Schwäche
Niere 13 (+)	Besonders indiziert bei Kälte - Algor im Unterbauch: Stiche, Krämpfe und gleichzeitig hochschlagendem Yang: Palpitation, Thoraxdruck, Schwindel, Ohnmacht, Halsschmerzen.
BM Milz 6	Ein sehr wichtiger Punkt mit einem enorm breiten Wirkungsspektrum, vor allem im Bereich Yin Stützung. Fördert freien Fluss von Qi und Blut (Xue).
UB Magen 36	Kräftigung des ganzen Körpers, Milz Yang Qi anheben
EP Blase 33	Lumbalgie, Ischialgie, urogenitale Erkrankungen, Impotenz, wichtiger Punkt für die Harnblase

Starke Nachwehen

Blut (Xue)-Stau

Hauptbeschwerden:	Spastische Schmerzen im Unterbauch, die durch Druck zunehmen; die Bauchdecke ist verhärtet; spärlicher, dunkelroter Locheinfluss mit vielen Klumpen
Allgemeinsymptome:	Spannungsgefühl im Hypochondrium, kalte Extremitäten
Zunge:	Blauvioletter Zungenkörper, evtl. mit lividen Punkten, weisser Belag
Puls:	Tief und rau
Therapieziel:	Blut (Xue) bewegen, Stauungen - Stagnation beseitigen

Starke Nachwehen

Blut (Xue)-Stau

Akupunktur:

HP Kg 4 (+)	Menstruationsstörungen, urogenitale Erkrankungen, Erkrankungen des Dünndarms. Allgemeine Schwächezustände. Wichtiger Punkt bei Leere, vor allem Nieren Yang Schwäche
Magen 29 (-)	Wichtiger Punkt bei Blut (Xue) Stau. Schmerzstillung, Regulation der Menstruation durch Lösung von Blut Stau, Ausfluss stoppend.
BM Milz 10 (-)	Menstruationsstörungen, Dysmenorrhoe, Blut (Xue) Stauungen, allergische Erkrankungen, Juckreiz, Kniegelenksprobleme
UB Blase 17	Meisterpunkt für das Blut. = "Herr des Blutes".
EP Blase 33	Lumbalgie, Ischialgie, urogenitale Erkrankungen, Impotenz, wichtiger Punkt für die Harnblase

Hausmittel

Shan-Zha-Tee: 10 g Shan Zha (Fructus Crataegi), 2 g Rhizoma Zingiberis Recens und 3 g Xiang Fu (Rhizoma Cyperi Rotundi) werden mit Wasser ca. 15 Min. gekocht, mit Braunzucker gesüsst und dann getrunken. Der Tee hat auch eine fördernde Wirkung auf den Wochenfluss und den Appetit. Auch geeignet für Blut (Xue)-Stauungen und Kälte in der Gebärmutter.

Persistierender Lochienfluss

Qi-Mangel

Hauptbeschwerden:	Verlängerter und starker oder dauernd tröpfelnder Lochienfluss von wässriger bis blassroter Farbe, geruchlos; Empfindung von Leere und eines nach unten Drängens im Unterbauch
Allgemeinsymptome:	Erschöpfung, blasse Haut
Zunge:	Blass mit dünnem Belag
Puls:	Schwach und langsam
Therapieziel:	Qi stärken, Blutung stoppen

Ein länger als 21 Tage andauernder Wochenfluss ist nach der TCM behandlungsbedürftig

Persistierender Lochienfluss

Qi-Mangel

Akupunktur:

HP	Kg 4 (+)	Menstruationsstörungen, urogenitale Erkrankungen, Erkrankungen des Dünndarms. Allgemeine Schwächezustände. Wichtiger Punkt bei Leere, vor allem Nieren Yang Schwäche
	Niere 13	Besonders indiziert bei Kälte im Unterbauch: Stiche, Krämpfe und gleichzeitig hochschlagendem Yang: Palpitation, Thoraxdruck, Schwindel, Ohnmacht, Halsschmerzen. Punkt liegt auf dem „Chong Mai“ und kräftigt so die Nieren-Essenz Jing.
BM	Milz 6 (+)	Menstruationsstörungen, Dysmenorrhoe, Blut (Xue) Stauungen, allergische Erkrankungen, Juckreiz, Kniegelenksprobleme
UB	Magen 36	Kräftigung des ganzen Körpers, Milz Yang Qi anheben
EP	Milz 1 (M)	Blutstillungspunkt. Moxa stärkt Milz. Milz hält das Blut. Deswegen kann Milz 1 bei jeglicher Art von Blutungen vom Leere Typ Milz Qi Schwäche gemoxt werden.

Persistierender Lochienfluss

Blut-Hitze

Hauptbeschwerden:	Verlängerter Lochienfluss in grosser Menge, intensiv rot, zäh, evtl. übelriechend
Allgemeinsymptome:	Rotes Gesicht der Wöchnerin, Unruhe, Durst
Zunge:	Rot
Puls:	Schnell und dünn
Therapieziel:	Yin stärken, Hitze klären und Blutung beenden

Persistierender Lochienfluss

Blut-Hitze

Akupunktur:

HP Niere 3	Lendenschmerzen, Menstruationsstörungen. Jegliche Zustände von Yin oder / und Yang Mangel der Niere. Wichtigster Kräftigungspunkt, Schwächezustände, Angstpunkt in Kombination mit Leber 8.
BM Milz 10	Menstruationsstörungen, Dysmenorrhoe, Blut (Xue) Stauungen, allergische Erkrankungen, Juckreiz, Kniegelenksprobleme
UB Niere 6	Wichtiger Punkt zur Anreicherung des Nieren Yin. Yin wird nach oben transportiert - Befeuchtung der Rachenschleimhäute. Beruhigung des Geistes -Shen. Regulation der Menstruation: Yin Mangel Niere.
Leber 2	Bei Fülle in Leber: Migräne und Kopfschmerzen bei hochschlagendem Leber Yang, rote Augen, Husten mit Schmerz am Rippenbogen.
EP Milz 1 (M)	Blutstillungspunkt. Moxa stärkt Milz. Milz hält das Blut. Deswegen kann Milz 1 bei jeglicher Art von Blutungen vom Leere Typ Milz Qi Schwäche gemoxt werden.

Im Wochenbett sollen die Akupunkturpunkte nicht zu häufig ausleitend stimuliert werden, damit Qi und Blut nicht weiter geschwächt werden.

Persistierender Lochienfluss

Blut-Stau

Hauptbeschwerden:	Stockender, spärlicher Wochenfluss mit Klumpen, dunkelrote Farbe
Allgemeinsymptome:	Schmerzen im Unterbauch, die durch Druck zunehmen
Zunge:	Blauviolett mit blauen Punkten am Rand
Puls:	Rau oder saitenfömig
Therapieziel:	Blut bewegen,Satuungen - Stagnation beseitigen

Persistierender Lochienfluss

Blut-Stau

Akupunktur:

HP	Niere 3	Lendenschmerzen, Menstruationsstörungen. Jegliche Zustände von Yin oder / und Yang Mangel der Niere. Wichtigster Kräftigungspunkt, Schwächezustände, Angstpunkt in Kombination mit Leber 8.
	Blase 32	Lumbalgie, Ischialgie, urogenitale Erkrankungen, Impotenz. Kräftigt mächtig die Nieren-Essenz - Jing. Reguliert die Menstruation. Stärkt Lenden und Knie und allgemein den Körper.
BM	Milz 10	Menstruationsstörungen, Dysmenorrhoe, Blut (Xue) Stauungen, allergische Erkrankungen, Juckreiz, Kniegelenksprobleme
UB	Blase 17	Meisterpunkt für das Blut. = "Herr des Blutes". Milz 1 bei jeglicher Art von Blutungen vom Leere Typ Milz Qi Schwäche gemoxt werden.

Hausmittel:

Yi-Mu-Cao- Tee: 10 g Yi Mu Cao (Herba Leonuri) als Tee 10 Min lang kochen, mit Braunzucker gesüsst trinken.

Blasenentleerungsstörung

Durch die Schwäche des Blutes und des Qi im unteren Dreierwärmer - San Jiao - kann sich die Blase oft nicht genügend kontrahieren, so dass viele Frauen Probleme beim Wasserlassen haben.

In der Behandlung sollte das Qi im unteren Dreierwärmer bewegt und die Blase frei gemacht werden.

Es handelt sich im Wochenbett hauptsächlich um eine symptomatische Behandlung.

Meist stellt sich bereits nach 1-2 Akupunkturbehandlungen wieder ein normales Harnverhalten ein.

Blasenentleerungsstörung

Hauptpunkte:

Milz 9, Magen 28, Blase 28

Bei schwach gefüllter Blase: KG 3
Bei voller Blase: KG 6

Wenn eine symptomatische Akupunkturbehandlung nicht ausreichend wirkt, sollte die je nach klinischem Typ geeignete Phytotherapie eingesetzt werden.

Blasenentleerungsstörung

Qi-Mangel

Hauptbeschwerden:	Harnverhalt; drückende Schmerzen im Unterbauch, das Gefühl, nicht genügend Kraft zum Pressen zu haben
Allgemeinsymptome:	Ständige Müdigkeit ohne Erholung, blasses Gesicht, leise Stimme
Zunge:	Blass und leicht geschwollen, mit Zahneindrücken und weissem Belag
Puls:	Schwach
Therapieziel:	Das Qi der Mitte stärken

Blasenentleerungsstörung

Qi-Mangel

Qi Mitte stärkend	Rs13, V20, Rg14, Rg10, V66, V57
Blase 21	Wichtiger Punkt zur Stärkung der Mitte - Milz und Magen. Blase 21 fördert die Absenkung des Magen Qi: Stagnation der Nahrung im Magen, saurer Reflux, Völlegefühl im Oberbauch: Sedation
KG 8	Yang kräftigend, Wasser mobilisierend und Durchfall stillend. Indiziert bei allen Prolapszuständen: Wirkt festigend und haltend. Der Punkt wird auch als "Retter des Yang" bezeichnet. Moxibustion.

Blasenentleerungsstörung

Nieren-Schwäche

Hauptbeschwerden:	Harnverhalt oder Restharnbildung, drückendes Gefühl im Unterbauch
Allgemeinsymptome:	Unruhe, ständiges Kältegefühl, Schwäche im Rücken und in den Knien
Zunge:	Blass mit dünnem Belag
Puls:	Tief und schwach
Therapieziel:	Das Nieren-Qi stärken

Blasenentleerungsstörung

Nieren-Schwäche

Akupunktur:	**Nieren Qi stärkend:**
V52	**Schwäche. Mangelnder Gesundungswille nach längerer Krankheit. Hauptwirkung: Nieren Qi Stärkung. Schwaches Nieren Qi bedingt ein schwaches Milz Qi, deshalb ist der Punkt auch indiziert bei Milz Qi Schwäche.**
L12	**Yin Stärkung im unteren Wärmebereich, besonders bei Kälte**
S39	**Als "Dünndarmpunkt" indiziert bei allen Dünndarmproblemen: Schmerzen im Unterbauch, Flatulenz, Dünndarm Meteorismus. Tonisiert das Blut**

Hausmittel

Bai-Mao-Gen-Tee: 10 g Bai Mao Gen (Rh. Imperatae Cylindricae) 10 Min. lang als Tee kochen und trinken

Verstopfung

Ursache:	Der Verlust von Jing Ye (Körpersäften, hier z.B. Fruchtwasser, Schweiss) nach der Geburt kann eine Trockenheit im Magen und im Darm verursachen. Dies führt zur Verstopfung. Es handelt sich hier vor allem um Blut (Xue)-Mangel
Hauptbeschwerden:	Hauptbeschwerden: Verstopfung oder harter Stuhl, normalerweise ohne Blähungen, normaler Appetit
Allgemeinsymptome:	Blassgelbes Gesicht, trockene Haut
Zunge:	Blass mit dünnem Belag
Puls:	Schwach oder rau
Therapieziel:	Blut (Xue) ergänzen und bewegen. In schweren Fällen muss zusätzlich mit chinesischer Phytotherapie behandelt werden

Verstopfung

Akupunktur:

HP	Magen 25	Allgemein bei Füllezuständen im Bereich Dickdarm - Magen. Andererseits, bei chronischem Durchfall aufgrund einer Milz - Yang Schwäche, wird der Punkt ausgiebig gemoxt. Kombination mit Magen 37 und KG 6.
	Niere 15	Verstopfung infolge Hitze. Menstruationsstörungen. Kühlpunkt für die Blase
BM	Magen 37	Als Vereinigungspunkt für den Dickdarm an der unteren Extremität besitzt der Punkt eine regulierende Funktion auf die Dickdarm - Leitbahn. Kann Blockaden lösen. Indiziert bei Schwäche der Mitte: Verdauungsschwäche, Verdauungsblockade. Fixkombination bei Verstopfung: 3E 6 + Magen 37.
	Milz 6	Menstruationsstörungen, Dysmenorrhoe, Blut (Xue) Stauungen, allergische Erkrankungen, Juckreiz, Kniegelenksprobleme
UB	3E 6	Der „Fliegende Tiger“ = Dynamik, Sprung. Spezifischer Punkt bei Verstopfung. Öffnet die oberen Körperöffnungen und reguliert das Qi in allen 3 Wärmebereichen, besonders in Kombination mit Gallenblase 34
	Leber 3	Meisterpunkt bei Blockaden und Stauungen, chronische Erkrankungen und Schwächezuständen.

Verstopfung

Tipps zur Ernährung:

Die richtige Ernährung spielt hier eine wichtige Rolle. Die Patientin soll genügend Obst und Gemüse essen und auch viel Suppe und Flüssigkeit zu sich nehmen.

Hausrezept:

10 g Datteln in 1 l Wasser kochen, mit Honig gut süssen, dann essen und trinken.

Laktationsstörung (wenig Milch)

Die Muttermilch wird durch Transformation aus Blut (Xue) produziert. Das Blut (Xue) entspringt aus dem erworbenen Qi von Magen und Milz. Die Leber ist zuständig für das freie Fliessen des Qi im Körper.

Da der Milchfluss vom Qi angetrieben wird, kann bei Qi- und Blut (Xue)-Mangel nicht genügend Milch produziert werden. Bei einem Leber-Qi-Stau hingegen wird der Milchfluss behindert.

Bei der Therapie ist es deshalb wichtig, Folgendes zu beachten:

Nicht ausreichende Milchproduktion:
in erster Linie Behandlung von Milz und Magen

Ausreichende Produktion, aber Behinderung des Milchflusses:
Leber-Stau lösen

Laktationsstörung (wenig Milch)

Qi- und Blut (Xue)-Mangel

Hauptbeschwerden:	Keine oder nur wenig wässrige Milch, kein Spannungsgefühl in der Brust, die Mammae sind weich und schmerzlos
Allgemeinsymptome:	Müdigkeit, blasse Haut und Fingernägel, Appetitlosigkeit, weicher Stuhl
Zunge:	Blass mit dünnem Belag
Puls:	Schwach
Therapieziel:	Qi und Blut (Xue) stärken, Milchproduktion fördern

Laktationsstörung (wenig Milch)

Qi- und Blut (Xue)-Mangel

Akupunktur:

HP	Magen 18	Anregung des Milchflusses, bez. Einregulierung. Ordnet und reguliert die Wirkung des Qi des Magens auf die Brust.
BM	Magen 36 (+)	Kräftigung des ganzen Körpers, Milz Yang Qi anheben
	Milz 6 (+)	Menstruationsstörungen, Dysmenorrhoe, Blut (Xue) Stauungen, allergische Erkrankungen, Juckreiz, Kniegelenksprobleme
	Blase 20 (+)	Störung der Verdauung, des Stoffwechsels und des Bindegewebes, Diarrhoe, chronische Nässe. Hebt das Milz-Qi an. Hauptpunkt bei chronischen Zuständen zur Stärkung von Magen und Milz
UB	KG 17	Qi Absenkung. Nimmt Druck von Brust, Brustbeklemmungen, Atemnot jeder Art, chronischer Husten. Stauung Xue über das Qi behandeln! Sehr wichtiger Punkt zur Stärkung des Lungen Qi, Traurigkeit, Platzangst. Meisterpunkt des Qi. Qi Bewegung im oberen Dreierwärmer
	Dünndarm 1	Schmerzen im Leitbahnverlauf, Mastitis, Laktationsschwäche. Trockenheitspunkt

Laktationsstörung (wenig Milch)

Leber-Qi-Stagnation (Stau)

Hauptbeschwerden:	Milchstau, Spannungsgefühl und Schmerzen in den Brüsten; Spannung im Hypochondrium
Allgemeinsymptome:	Gedrückte Stimmung, Unruhe
Zunge:	Normaler bis bläulicher Zungenkörper, dünner Belag
Puls:	Saitenförmig
Therapieziel:	Leber-Qi freimachen, Milchsekretion fördern

Laktationsstörung (wenig Milch)

Leber-Qi-Stagnation (Stau)

Akupunktur:

HP	Magen 18	Anregung des Milchflusses, bez. Einregulierung. Ordnet und reguliert die Wirkung des Qi des Magens auf die Brust.
BM	Leber 14 (-)	Aufstossen, Erbrechen, Blockade des Leber-Qi, Reise - Seekrankheit
	Gallenblase 34	(-). Meisterpunkt der Muskulatur. Leber entstauend. Fördert den Gallenfluss. Stillt Schmerzen. Qi Stauungen im Hypochondrium.
	KG 17	Qi Absenkung. Nimmt Druck von Brust, chronischer Husten. Sehr wichtiger Punkt zur Stärkung des Lungen Qi, Traurigkeit, Platzangst. Meisterpunkt des Qi. Qi Bewegung im oberen Dreierwärmer
	Perikard 6	Wahlpunkt bei Erbrechen, und Übelkeit, Schwangerschaftserbrechen, Magenschmerzen, Palpitationen, Herzschmerzen, Schmerzen im Brustbereich, psychosomatische und vegetative Störungen, Traurigkeit, Herz Qi Mangel,
UB	Dünndarm 1	Schmerzen im Leitbahnverlauf, Mastitis, Laktationsschwäche. Trockenheitspunkt

Laktationsstörung (wenig Milch)

Leber-Qi-Stagnation (Stau)

Hausrezept:

Folgendes Rezept ist in China sehr verbreitet und gut bekannt als Mittel, um Yin und Blut (Xue) zu stärken und den Milchfluss zu fördern:

Schweinsfusssuppe: 2 Schweinsfüsse und 5 g Tong Cao (Medulla Tetrapanacis) in Wasser. 2 Stunden lang kochen und dann würzen.

Man kann nur die Brühe oder auch Brühe und Fleisch essen.

Mastitis

Wie bereits besprochen gehören die Brustwarzen zum Leber-Meridian und die Brüste zum Magen-Meridian.

Eine Mastitis wird meistens durch Leber-Qi-Stau und Magen-Hitze verursacht. Dazu kommt es, wenn äussere Krankheitsfaktoren, vor allem Hitze, z. B. durch eine lokale Verletzung oder beim Verzehr viel zu nahrhafter Speisen im Wochenbett in diese Meridiane eindringen.

Auch innere Krankheitsfaktoren spielen eine wichtige Rolle:

Niedergeschlagenheit kann eine Leber-Qi-Stauung bewirken, dadurch fliesst die Milch nur noch eingeschränkt und die Milchgänge (Ru Luo) verstopfen. Die Folge davon ist eine Mastitis. Durch eine rechtzeitige Behandlung mit TCM in der Anfangsphase lässt sich eine Vereiterung wirksam verhindern, ansonsten ist TCM aber auch sinnvoll als adjuvante Therapie zur Schulmedizin

Mastitis

Qi-Stau und Leber-Hitze (in der Anfangsphase)

Hauptbeschwerden:	Lokale Verhärtung und Rötung, starke Schmerzen, lokale Empfindlichkeit, Behinderung des Milchflusses
Allgemeinsymptome:	Völlegefühl im Bereich von Thorax und Rippenbögen, oft mit Fieber, Schüttelfrost, Unruhe
Zunge:	Rot mit gelblichem Belag
Puls:	Schnell und saitenförmig
Therapieziel:	Leber-Qi freimachen und die Hitze ausleiten

Mastitis

Qi-Stau und Leber-Hitze (in der Anfangsphase)

Akupunktur:

HP	Magen 18	Nur auf kranker Seite. Anregung des Milchflusses, bez. Einregulierung. Ordnet und reguliert die Wirkung des Qi des Magens auf die Brust.
BM	Leber 14	Aufstossen, Erbrechen, Blockade des Leber-Qi, Reise - Seekrankheit
	Gallenblase 34	(-). Meisterpunkt der Muskulatur. Leber entstauend. Fördert den Gallenfluss. Stillt Schmerzen. Qi Stauungen im Hypochondrium.
	Leber 2	Bei Fülle in Leber: Migräne und Kopfschmerzen bei hochschlagendem Leber Yang, rote Augen, Husten mit Schmerz am Rippenbogen.
UB	Perikard 6	Wahlpunkt bei Erbrechen, und Übelkeit, Schwangerschaftserbrechen, Magenschmerzen, Palpitationen, Herzschmerzen, Schmerzen im Brustbereich, psychosomatische und vegetative Störungen, Traurigkeit, Herz Qi Mangel

Mastitis

Qi-Stau und Leber-Hitze (in der Anfangsphase)

Akupunktur:

EP	Gallenblase 21	Entzündungen der Brustdrüse, Schwangerschaftsstörungen, Abort mit Blutverlust, Gebärmutterblutungen, Eklampsie, verzögerter Verlauf der Geburt

Bei Milchfluss-Stau:

KG 17	Qi Absenkung. Nimmt Druck von Brust, chronischer Husten. Sehr wichtiger Punkt zur Stärkung des Lungen Qi, Traurigkeit, Platzangst. Meisterpunkt des Qi. Qi Bewegung im oberen Dreierwärmer
Dünndarm 1	Schmerzen im Leitbahnverlauf, Mastitis, Laktationsschwäche. Trockenheitspunkt

Bei Fieber:

LG 14	Erschöpfung, Immunschwäche, Atemwegserkrankungen, hohes Fieber, Grippe. Wichtiger Immunpunkt.
Dickdarm 11	Fieber, Schüttelfrost:, allgemein bei Hitze, Hypertonie: Leberfeuer, Ekzem: Kühlt das Blut (Xue), Urtikaria

Mastitis

Magen-Hitze (in der Vereiterungsphase)

Hauptbeschwerden:	Die Symptome sind ähnlich wie in der Anfangsphase, aber es entwickelt sich Eiter im Krankheitsherd, die Mitte des Krankheitsherdes wird weicher und der Schmerz pulsiert
Allgemeinsymptome:	Die Patientin ist unruhig, hat starkes Fieber und Durst, und leidet an Verstopfung
Zunge:	Rot mit dickem gelblichem Belag
Puls:	Schnell und gross
Therapieziel:	Die Hitze-Gifte ausleiten, den Eiter beseitigen

Mastitis

Magen-Hitze (in der Vereiterungsphase)

Akupunktur:

HP	Magen 18	Nur auf kranker Seite. Anregung des Milchflusses, bez. Einregulierung. Ordnet und reguliert die Wirkung des Qi des Magens auf die Brust.
	Magen 21	Nur auf kranker Seite. Oberbauchbeschwerden Gastritis, Erbrechen. Fülle Zustände der Mitte
BM	Magen 37 (-)	Als Vereinigungspunkt für den Dickdarm an der unteren Extremität besitzt der Punkt eine regulierende Funktion auf die Dickdarm - Leitbahn. Kann Blockaden lösen. Indiziert bei Schwäche der Mitte: Verdauungsschwäche.
UB	Magen 44	Blutige Nadelung. Schmerzpunkt, Kältepunkt, Magenerkrankungen, Dysmenorrhoe
	Milz 1	Blutige Nadelung

Mastitis

Magen-Hitze (in der Vereiterungsphase)

Akupunktur:

EP	Gallenblase 21	Entzündungen der Brustdrüse, Schwangerschaftsstörungen, Abort mit Blutverlust, Gebärmutterblutungen, Eklampsie, verzögerter Verlauf der Geburt

Bei Milchfluss-Stau:

KG 17	Qi Absenkung. Nimmt Druck von Brust, chronischer Husten. Sehr wichtiger Punkt zur Stärkung des Lungen Qi, Traurigkeit, Platzangst. Meisterpunkt des Qi. Qi Bewegung im oberen Dreierwärmer
Dünndarm 1	Schmerzen im Leitbahnverlauf, Mastitis, Laktationsschwäche. Trockenheitspunkt

Bei Fieber:

LG 14	Erschöpfung, Immunschwäche, Atemwegserkrankungen, hohes Fieber, Grippe. Wichtiger Immunpunkt.
Dickdarm 11	Fieber, Schüttelfrost:, allgemein bei Hitze, Hypertonie: Leberfeuer, Ekzem: Kühlt das Blut (Xue), Urtikaria

Mastitis

Hausmittel:

Pu-Gong-Ying-Tee: 10 g Pu Gong Ying (Herba Taraxaci, Löwenzahn), 10 g Zi Hua Di Ding (Herba Violae) mit oder ohne 5 g Feng Fang (Nidus Vespae). Als Tee 15 Min. lang kochen, süssen und über den Tag verteilt trinken. Mehrere Tage lang.

Äusserliche Anwendung:

Der weisse Teil von Lauchzwiebeln, Knoblauch, Pu Gong Ying (Herba Taraxaci, Löwenzahn) oder Qing Dai (Indigo Naturalis) sind zur äusserlichen Anwendung geeignet. Man zerkleinert hierzu je nach Hautverträglichkeit eines der Mittel und trägt es lokal auf den Krankheitsherd auf. Es darf jedoch nicht auf offene Hautstellen kommen. Diese Methode ist hauptsächlich in der Anfangsphase sinnvoll. Kompresse mit Mang Xiao (Natrii Sulfas) auf unverletzter Haut auflegen.

Betreuung nach Kaiserschnitt

Nach einem Kaiserschnitt klagen viele Patientinnen über lang anhaltende Unterbauchschmerzen, Erschöpfung, Verspannungen oder verspäteten Milcheinschuss. Diese Symptome sind eindeutig durch den Qi- und Blut-Verlust bei diesem Eingriff bedingt.

Bei einem horizontalen Schnitt werden auch Chong- und Ren-Meridian verletzt. Eine rechtzeitig begonnene Behandlung und eine passende Ernährung können die Beschwerden lindern und den Heilungsprozess fördern.

Therapieziel:

Qi und Blut stärken, Schmerzen lindern und den Heilungsprozess fördern

Betreuung nach Kaiserschnitt

Akupunktur:

HP	Niere 14	In erster Linie indiziert bei Zusammenballungen: Völlezustände im Unterbauch. Reguliert die Menstruation. Lässt Regelblut fliessen.
	KG 6	Punkt der Lebensenergie. Anregung der Energie. Nützlich bei Hypotonie. Bringt Bewegung ins Qi, senkt Yang ab. Festigt die Essenz. Reservoir des Qi vitale des Mannes. Qi im ganzen Körper ordnend und mehrend. Stärkt auch das Herz Qi. Menstruation regulierend. Bei Erschöpfung und verminderter Belastbarkeit und bei allen Schwächezuständen
BM	Magen 36 +)	Kräftigung des ganzen Körpers, Milz Yang Qi anheben.
	Milz 6 (+)	Menstruationsstörungen, Dysmenorrhoe, Blut (Xue) Stauungen, allergische Erkrankungen, Juckreiz, Kniegelenksprobleme

Betreuung nach Kaiserschnitt

Akupunktur:

UB Bei Verspannungen:

LG 20	An diesem Punkt treffen alle Yang Leitbahnen aufeinander. Sie transportieren das Yang zum Kopf. Depression, geistige Erschöpfung. Dank der Milz Qi emporhebenden Wirkung Einsatz bei allen Prolapsformen.
Perikard 6	Wahlpunkt bei Erbrechen, und Übelkeit, Schwangerschaftserbrechen, Magenschmerzen, Palpitationen, Herzschmerzen, Schmerzen im Brustbereich, psychosomatische und vegetative Störungen, Traurigkeit, Herz Qi Mangel

Bei verzögertem Milcheinschuss:

Magen 18	Anregung des Milchflusses, bez. Einregulierung. Ordnet und reguliert die Wirkung des Qi des Magens auf die Brust.
KG 17	Qi Absenkung. Nimmt Druck von Brust, chronischer Husten. Sehr wichtiger Punkt zur Stärkung des Lungen Qi, Traurigkeit, Platzangst. Meisterpunkt des Qi. Qi Bewegung im oberen Dreierwärmer
Dünndarm 1	Schmerzen im Leitbahnverlauf, Mastitis, Laktationsschwäche. Trockenheitspunkt

Betreuung nach Kaiserschnitt

Ernährungstipp:

Kurz vor oder nach der Operation:

Ren-Shen (Radix Ginseng)-Tee; ab dem 3. Tag postoperativ:
Hühnersuppe mit Datteln und Dang Gui (Radix Angelicae Sinensis).

www.ever.ch

Dr. med. et Dr. scient. med. Jürg Eichhorn

CH-9100 Herisau
drje49@gmail.com
www.ever.ch