

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung	1
1.1	Historischer Überblick . .	2
1.2	Physiologie der Frau nach der TCM	4
1.2.1	Charakteristika der weiblichen Anatomie und Physiologie	4
1.2.2	Zyklus und Empfängnis .	8
1.2.3	Schwangerschaft und Geburt	10
1.2.4	Geburt und Wochenbett .	11
1.2.5	Stillen	12
1.3	Krankheitsursachen und Pathologie	13
1.3.1	Krankheitsursachen . . .	13
1.3.2	Pathologie	15
2	Diagnostische Verfahren in der Gynäkologie . . .	21
	Die vier diagnostischen Verfahren	22
2.1	Befragung	22
2.2	Betrachtung	23
2.3	Riechen und Hören	23
2.4	Betastung	24
3	Prävention und Therapieprinzipien . . .	29
3.1	Prävention	30
3.1.1	Prävention bei Menstruation	30
3.1.2	Prävention bei Schwangerschaft	31
3.1.3	Prävention in Wochenbett und Stillzeit	32
3.1.4	Prävention in Prämenopause und Klimakterium .	32
3.2	Therapieprinzipien	33
3.2.1	Vor der Menstruation sind Qi und Blut zu bewegen, danach zu stärken	33

3.2.2	Während der Schwangerschaft kühlen, nach der Geburt wärmen	33
3.2.3	In der Stillzeit das Leber- <i>Qi</i> freihalten, Milz und Magen stärken	33
3.2.4	Im Klimakterium müssen Leber und Nieren gestärkt, Magen und Milz reguliert werden	34

4

	Wichtige Behandlungsmethoden	35
4.1	Phytotherapie	36
4.1.1	Innere Anwendung	36
4.1.2	Äußerliche Anwendung	37
4.2	Akupunktur	37
4.3	Ernährung und Hausmittel	39

5

	Typische gynäkologische Krankheitsbilder	41
5.1	Zyklusstörungen	42
5.1.1	Verkürzter Zyklus (Polymenorrhö)	43
5.1.2	Verspäteter Zyklus (Oligomenorrhö)	47
5.1.3	Unregelmäßige Menstruation	53
5.1.4	Amenorrhö	55
5.2	Blutungsstörungen	61
5.2.1	Zu starke Blutung (Hypermenorrhö)	61
5.2.2	Schwache Blutung (Hypomenorrhö)	65
5.2.3	Zwischenblutung (Mittelsblutung)	69
5.2.4	Menorrhagie/Metrorrhagie	72
5.3	Dysmenorrhö	80
5.3.1	Pathophysiologie	80
5.3.2	Diagnostik	81

5.3.3	Allgemeine Therapie- prinzipien	83
5.3.4	Klinische Formen	84
5.3.5	Prävention und Ernährungshinweise	92
5.4	Zyklusassoziierte Symptome	93
5.4.1	Schmerzen und Spannen der Brüste	93
5.4.2	Kopfschmerzen	95
5.4.3	Schwindel/Kreislauf- störungen	102
5.4.4	Durchfall	106
5.4.5	Ulzera im Mund	110
5.4.6	Urtikaria	112
5.4.7	Stimmungsschwankungen	115
5.5	Beschwerden in den Wechseljahren	118
5.6	Pathologischer Fluor vaginalis (<i>Dai Xia</i>)	122
5.7	Prolapsus uteri et vaginae (<i>Yin Tin</i>)	127
5.8	Sterilität (<i>Bu Yun</i>)	132
6	Typische Krankheits- bilder in Schwanger- schaft und Wochenbett . .	139
6.1	Vor der Entbindung	140
6.1.1	Übelkeit und Erbrechen . .	140
6.1.2	Ödeme	146
6.1.3	Erkältungskrankheiten/ Abwehrschwäche	149
6.1.4	Schwindel	151
6.1.5	Abortneigung/drohender Abort	153
6.1.6	Unterentwicklung des Fetus	156

Exkurs: Akupunkturbehandlung von Rückenschmerzen, bei Fehllage des Fetus und zur Raucherentwöhnung in der Schwangerschaft . . .	159
---	-----

6.2 Nach der Entbindung . . .	161
--------------------------------------	------------

6.2.1 Starke Nachwehen	161
----------------------------------	-----

6.2.2 Persistierende Lochien . . .	164
------------------------------------	-----

6.2.3 Blasenentleerungs- störungen	166
---	-----

6.2.4 Obstipation	169
-----------------------------	-----

6.2.5 Laktationsstörungen . . .	170
---------------------------------	-----

6.2.6 Mastitis	172
--------------------------	-----

6.2.7 Betreuung nach Kaiser- schnitt	175
---	-----

7 „Schönheitserhaltende“ Maßnahmen	177
---	------------

7.1 Allgemeine Prävention . .	178
--------------------------------------	------------

7.2 Faltenbildung	183
------------------------------------	------------

7.3 Hautunreinheiten des Gesichts	185
--	------------

7.4 Adipositas	189
---------------------------------	------------

8 Anhang	195
---------------------------	------------

8.1 Pinyin-Name, Über- setzung, Besonderheiten und Lokalisation aller im Buch erwähnten Akupunkturpunkte	196
---	------------

8.2 Verbotene Punkte in der Schwangerschaft	211
--	------------

8.3 Verbotene Arzneimittel in der Schwangerschaft	212
--	------------

8.4 Literatur	218
--------------------------------	------------

Index	219
------------------------	------------