Jürgen Schroll
Atlas Tuina

Extrait du livre

Atlas Tuina
de Jürgen Schroll
Éditeur : Elsevier Urban&Fischer Verlag

http://www.editions-narayana.fr/b14623

Sur notre librairie en ligne vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne
Tel. +33 9 7044 6488
Email info@editions-narayana.fr
http://www.editions-narayana.fr

Editions Narayana

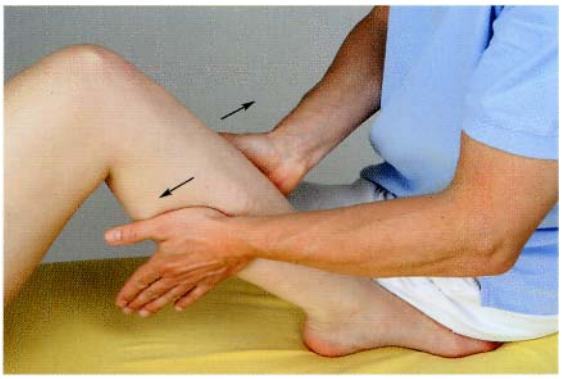


Abb. 4.119 Beidhändiges Cuo an der Wadenmuskulatur

Abb. 4.120 Cuo mit den Handwurzeln am Oberschenkel

- Wadenmuskulatur mit beiden flach aufgelegten Händen durch die Anwendung von Cuo durchgängig machen (> Abb. 4.119). Dabei an der gesamten Wade auf- und abwandern. Alternativ das Tigermaul einsetzen (> Abb. 2.27).
- Danach die beiden Handwurzeln am dorsalen Oberschenkel ansetzen und die Muskulatur gegen den Oberschenkelknochen andrücken.
- Mit den Handwurzeln Cuo ausführen und am Oberschenkel auf- und abwandern (> Abb. 4.120).

Durch das intensive Cuo mit beiden Handwurzeln bewegt sich die Oberschenkelmuskulatur um den Knochen und wird sehr stark erwärmt und durchblutet.

Energetische Wirkung

- regt die *Qi*- und Blut-Zirkulation an, macht Gewebe durchgängig
- treibt Wind und Kälte aus, wirkt schmerzlindernd, durchwärmt Leitbahnen und Muskulatur
- lockert Muskeln, Bänder und Sehnen
- verbessert die Gelenkbeweglichkeit

Anwendungsbereiche

- Peroneuslähmung, Hemiplegie, Missempfmdungen im Unterschenkel, Ischialgie
- Durchblutungsstörungen am Unterschenkel (vor sichtige Anwendung)
- kalte Füße und Unterschenkel
- schwere und müde Beine, Zellulitis, Muskelatrophie
- Vorbereitung für Mobilisationen der Hüft-, Knie- und Sprunggelenke
- Wind-Kälte-Invasionen in den Beinen

4.5.18 Kniegelenkmobilisation mit Ba Shen, Yao und Dou

Durchführung

Zur Lagerung > 4.1.6, Rückenlage.

Hüft- und Kniegelenk beugen, mit einer Hand das Bein an der Ferse führen, mit der anderen Hand das Bein mit dem Tigermaul in der Kniekehle stabilisieren und stützen.

- Im Kniegelenk mehrmals eine Extension und Flexion (Ba Shen) ausführen. Die Extension und Flexion kann auch bei gleichzeitiger Außenrotation (> Abb. 4.121) und Innenrotation (> Abb. 4.122) des Unterschenkels praktiziert werden (ähnlich wie beim Test auf Menis kusvorder- und hinterhornschäden).
- Eine leichte Rotation (Kreisen des Unterschenkels mit bedingtem Yao > Abb. 4.123) bei flektiertem Kniegelenk lockert die Bandstrukturen.

CAVE

Treten Knieschmerzen auf, sind diese Mobilisationen sofort zu unterbrechen.
Mobilisationen an künstlichen Kniegelenken nur sehr vorsichtig und sanft anwenden. Es darf frühestens ein Jahr nach der Operation mobilisiert werden.

- Eine schonende impulsartige Streckung des Beins wird erzielt, indem die Ferse knapp über der Liegenoberfläche in Richtung Liegenende geführt und das Bein auf die Liege fallengelassen wird. Die Kniekehle kurz vor dem Aufschlagen mit der flachen Hand auf fangen, um eine Überstreckung des Kniegelenks zu verhindern (> Abb. 4.124).
- Zum Dehnen der Gelenkskapsel und der Bandstrukturen auf den Vorderfuß des Patienten setzen und mit beiden Händen unterhalb des Kniegelenks am Unterschenkel (ähnlich dem Schubladentest) ziehen (> Abb. 4.125). Hierzu das Körpergewicht durch leichtes Zurücklehnen nutzen.

Leseprobe von J. Schroll, „Atlas Tuina“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Abb. 4.121 Flexion und Extension im Knie mit Außenrotation

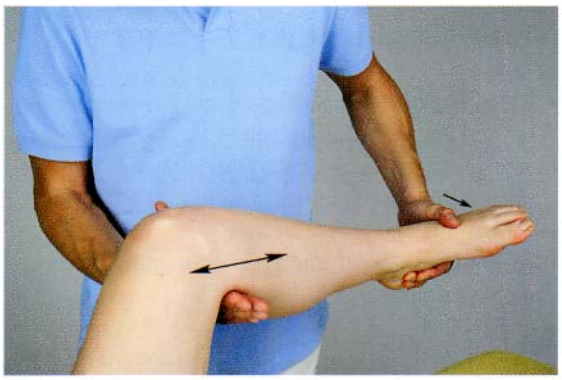


Abb. 4.122 Flexion und Extension im Kniegelenk mit Innenrotation

Abb. 4.123 Leichte Rotation des Unterschenkels (bedingtes Yao)

- Abschließend das Bein mit der Tuina-Technik Dou schütteln und versuchen, die Vibrationen auf das Kniegelenk zu beschränken (entsprechend > Abb. 4.111 in Rückenlage).

Energetische Wirkung

- öffnet und mobilisiert das Kniegelenk, verbessert die Kniegelenkbeweglichkeit

Abb. 4.124 Streckimpuls im Kniegelenk

Abb. 4.125 Dehnung der Kniegelenkskapsel und der Bandstrukturen

- löst Verklebungen, mobilisiert das *Qi* und Blut *(Xue)* im Bereich der Gelenke
- lockert Sehnen, Bänder und Muskulatur

Anwendungsbereiche

- Kniegelenkarthrose, Arthritis (nur im nicht akuten Stadium! sanfte Anwendung)
- Kniegelenkschmerzen nach Operationen, Arthroskopie und äußeren Traumen
- Schwellungen, Ergüsse im Knie, Baker-Zyste

4.5.19 Patellamobilisation

Durchführung

Zur Lagerung > 4.1.6, Rückenlage.

- Mit allen Fingern der Therapiehand die Patella fassen und hochheben (Na), schütteln (Dou) und rotieren (Yao, > Abb. 4.126).

Leseprobe von J. Schroll, „Atlas Tuina“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Abb. 1.162 An mit dem Daumen auf den Augäpfeln

Abb. 4.163 Sanftes Yi Zhi Chan Tui mit der radialen Daumenseite am Jochbein

4

4.7.4 An auf den Augäpfeln

Durchführung

Zur Lagerung > 4.1.8.

- Beide Daumen gleichzeitig auf die Augäpfel auflegen und langsam in die Augenhöhle drücken.
- Am tiefsten Punkt Daumen blitzartig entfernen und Druck lösen (> Abb. 4.162). Drei Wiederholungen sind ausreichend.

CAVE

Kontraindikation bei Glaukom oder einer Gefährdung der Netzhaut. Nicht bei Trägern von Kontaktlinsen oder bei Konjunktivitis anwenden.

Energetische Wirkung

- wirkt aktivierend und Ionisierend auf den Sehnerv
- löst Stauungen im Augenbereich

Anwendungsbereiche

- Reizung und Aktivierung des Sehnerves
- schlechtes Sehen, Müdigkeit der Augen, verschwommene Sicht

4.7.5 Sanftes Yi Zhi Chan (YZC) Tui mit dem radialen Daumen am Jochbein

Durchführung

Zur Lagerung > 4.1.8.

- Kopf des Patienten auf die abgewandte Seite drehen und auf die Handfläche betten.
- Die radiale Daumenseite der Therapiehand im Augenwinkel auf das Jochbein legen, die Finger locker abgespreizen - sie dienen als Gewicht für die Schwingung der Hand.
  Durch dieses Schwingen in horizontaler Ebene beginnt der Daumen hin- und her zu rollen (> Abb. 4.163).
- Gleichzeitig Daumen am Jochbein von medial nach lateral ziehen. Diese Technik ist eine sanfte Variante von YCZ Tui.
- Anschließend die Seite wechseln.

Energetische Wirkung

- wirkt abschwellend, leitet Feuchtigkeit aus
- regt den *Qi*- und Blut-Fluss an, wirkt aktivierend und harmonisierend

Anwendungsbereiche

- Schwellungen und Stagnationen unter den Augen, Tränensäcke, dunkle Augenränder
- schlechtes Sehen, Müdigkeit der Augen, verschwommene Sicht
- Falten unter den Augen, Traurigkeit und Sorge, Erkältungen

4.7.6 Kou Ji auf dem Jochbein und auf dem Stirnbein

Durchführung

Zur Lagerung > 4.1.8.

- Die vier Finger klopfen mit Kou auf beiden Jochbeinen von medial nach lateral (> Abb. 4.164). Danach

Leseprobe von J. Schroll, „Atlas Tuina“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Abb. 4.164 Kou Ji mit vier Fingern auf dem Jochbein

Abb. 4.166 Nie mit drei Fingern unter dem Auge

Abb. 4.165 Kou Ji mit vier Fingern auf dem Stirnbein

Abb. 4.167 Nie mit drei Fingern über dem Auge

in gleicher Weise auf dem Stirnbein direkt über den Augenbrauen klopfen (> Abb. 4.165).
- Kou wird kräftig durchdingend ausgeführt, um Schleim und Feuchtigkeitsblockade in den Sinushöhlen zu lösen. Aktivierend hingegen wirkt ein zügiges und leichtes Ji mit den vier Fingern.

Energetische Wirkung

- bewegt Schleim und Feuchtigkeitsblockaden, wirkt sedierend (Kou)
- leitet äußere pathogene Faktoren aus, z. B. Wind, Kälte und Hitze
- regt den *Qi*- und Blut-Fluss an, wirkt aktivierend (Ji)

Anwendungsbereiche

- Sinusitis frontalis, Sinusitis maxillaris
- Schwellungen und Stauungen unter den Augen, Trä-nensäcke, dunkle Augenränder
- Kopfschmerzen, Druck auf der Stirn oder hinter dem Auge
- schlechtes Sehen, Müdigkeit der Augen, verschwom-mene Sicht
- Stirnfalten

4.7.7 Nie unter und über dem Auge

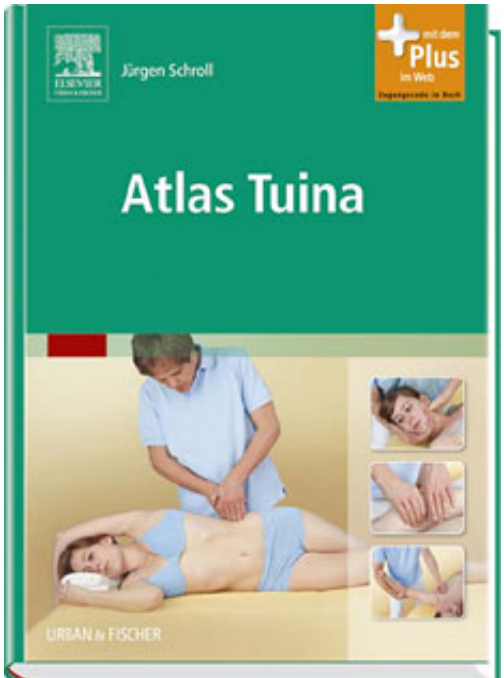
Durchführung

Zur Lagerung > 4.1.8.
- Zwischen Daumen und 2-3 Fingern unter dem Auge so viel Gewebe wie möglich fassen und pressen. Da bei wandern die Finger in kleinen überlappenden Schritten von medial nach lateral (> Abb. 4.166).
- In gleicher Weise kann das Gewebe über dem Auge im Bereich der Augenbrauen mit Nie behandelt wer den (> Abb. 4.167).

Energetische Wirkung

- wirkt abschwellend und löst Stauungen, bewegt Feuchtigkeit

Leseprobe von J. Schroll, „Atlas Tuina“
Herausgeber: Elsevier Urban & Fischer
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0



Jürgen Schroll

Atlas Tuina

mit Zugang zum Elsevier-Portal

232 pages, relié
publication 2013

acheter maintenant

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain
www.editions-narayana.fr